

Rezept

Kokos-Curd mit Himbeeren

Ein Rezept von Kokos-Curd mit Himbeeren, am 27.04.2024

Zutaten

200 g Kokosmilch (aus der Dose)	4 Eier (M) (M)
1 Msp. Flohsamenschalenpulver	2 EL Kokosmehl
1/2 TL gemahlene Vanille	1/2 TL Zimtpulver
Salz	4 TL eiskalte Butter
100 g Himbeeren	1 EL Kokosraspel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 525 kcal, 45 g F, 21 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Kokosmilch, Eier und das Flohsamenschalenpulver mit 100 ml warmem Wasser in eine hitzebeständige Schüssel geben (nach Möglichkeit aus Metall) und zügig mit dem Rührbesen glatt rühren. Anschließend Kokosmehl, Vanille, Zimt und 1 Prise Salz dazugeben und zu einer glatten Masse verrühren.
2. Einen ausreichend großen Topf für das Wasserbad ca. 1 cm hoch mit Wasser füllen und das Wasser zum Kochen bringen. Die Kokos-Ei-Masse in der Schüssel über dem Wasserbad erhitzen, ohne dass sie mit dem Wasser in Berührung kommt. Die Masse dabei 10-12 Min. ständig rühren, damit sie nicht ausflockt. So lange rühren, bis sie dickflüssig wird und beginnt zu binden. Man bemerkt das leicht am steigenden Widerstand beim Rühren.
3. Die Kokos-Ei-Masse sofort vom Wasserbad nehmen, die eiskalte Butter einrühren, bis sie sich aufgelöst hat, und das Curd auf zwei Müslischälchen verteilen. Mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 6 Std., besser über Nacht, kalt stellen. Im kalten Zustand hat das Curd eine puddingartige Konsistenz.
4. Die Himbeeren behutsam waschen, trocken tupfen, auf der Creme verteilen und mit den Kokosraspeln garnieren.