

## Rezept

# Kokoseis mit Sesam

Ein Rezept von Kokoseis mit Sesam, am 29.05.2023

## Zutaten

<b>2</b> Bio-Limetten	<b>50 g</b> heller Sesam
<b>100 g</b> Palmzucker (ersatzweise Rohrohrzucker)	<b>500 g</b> Kokosmilch
<b>1</b> kleine reife Papaya (ca. 300 g)	<b>1 EL</b> Rum
<b>1 EL</b> flüssiger Honig	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal, 30 g F, 7 g EW, 34 g KH

## Zubereitung

1. Limetten heiß waschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Beide Limetten auspressen. Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren. Limettensaft und Kokosmilch dazugeben und alles unter Rühren langsam aufkochen, dann etwas abkühlen lassen. Die Hälfte vom Sesam und die Limettenschale unterrühren.
2. Die Mischung in eine Form geben und im Gefrierfach 4-5 Std. gefrieren lassen. Dabei zwischendurch mit einer Gabel immer wieder durchrühren, damit die Eiskristalle möglichst klein bleiben.
3. Papaya schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Mit Rum und Honig beträufeln. Das Kokoseis ca. 15 Min. vor dem Servieren aus dem Gefrierfach nehmen und antauen lassen. Mit dem Eisportionierer zu Kugeln formen, in Schälchen geben und mit den Papayastücken garnieren. Mit dem restlichen Sesam (25 g) bestreut servieren.