

Rezept

Paleo-Kokoscreme mit Maracuja

Ein Rezept von Paleo-Kokoscreme mit Maracuja, am 10.06.2023

Zutaten

200 ml Kokosmilch	2 TL Ahornsirup
1 TL Limettensaft	½ TL gemahlene Bourbon-Vanille
3 Eigelb	2 Maracujas (auch fein: Passionsfrüchte)
2 EL Orangensaft	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal, 19 g F, 5 g EW, 13 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 150° vorheizen. Kokosmilch in einem Topf mit Ahornsirup, Limettensaft und Bourbon-Vanille erwärmen. Vom Herd nehmen und die Eigelbe unterrühren. Die Masse in zwei ofenfeste Portionsförmchen (je 150 ml) füllen.
2. Die Portionsförmchen in eine Auflaufform stellen und so viel heißes Wasser in die Auflaufform gießen, dass die Förmchen zu drei Vierteln darin stehen. Den Backofen auf 120° herunterschalten. Die Auflaufform in den Ofen (Mitte) schieben und die Kokoscreme in ca. 40 Min. sanft stocken lassen.
3. Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen, die kleinen Förmchen aus dem Wasserbad heben und die Creme abkühlen lassen. (Danach nach Belieben noch zugedeckt kalt stellen.)
4. Die Maracujas halbieren, die Kerne mit einem Löffel aus den Hälften schaben und mit dem Orangensaft verrühren. Die Fruchtmischung auf der Kokoscreme verteilen. Servieren.