

Rezept

Schoko-Pudding mit Kompott

Ein Rezept von Schoko-Pudding mit Kompott, am 14.12.2025

Zutaten

1 Dose ungesüßte Kokosmilch (400 ml)

100 ml weißer Traubensaft

Salz

2 Orangen

2 EL Zucker

2 TL Kakaopulver

2 Päckchen Vanillezucker

50 g Vollkorngrieß

ca. ¼ l Orangensaft

1 TL Speisestärke

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 185 kcal

Zubereitung

- 1.** Die Kokosmilch mit Kakao, Traubensaft, Vanillezucker und 1 Prise Salz aufkochen lassen. Den Grieß unter Rühren einrieseln lassen. Alles unter ständigem Rühren aufkochen, ca. 5 Min. bei schwacher Hitze ausquellen lassen, dabei ab und zu rühren. Die Masse auf Dessertschälchen verteilen und abkühlen lassen.
- 2.** Für das Kompott die Orangen schälen, dabei möglichst viel von der weißen Schale entfernen. Fruchtfleisch in Filets teilen und die Stücke halbieren oder dritteln und die Kerne entfernen. Den Saft dabei auffangen. ¼ l Orangensaft mit Zucker aufkochen. Die Stärke mit etwas Wasser anrühren und unterrühren. Die Sauce noch einmal kurz kochen. Die Orangen dazugeben. Zum Pudding servieren.