

Rezept

Ube-Kokos-Brottaufstrich

Ein Rezept von Ube-Kokos-Brottaufstrich, am 19.12.2025

Zutaten

125 g	Ube-Wurzel	100 g	Zucker
50 ml	Kokosmilch	200 ml	Kondensmilch (ungesüßt)
1 Prise	Salz	1/2 TL	Kokosöl
1 EL	Kokosflocken		

Rezeptinfos

Portionsgröße 400 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 750 kcal, 18 g F, 15 g EW, 129 g KH

Zubereitung

1. Ube-Wurzel schälen und grob zerteilen. In reichlich Wasser weich kochen und anschließend auskühlen lassen.
2. Zucker, Kokosmilch und Kondensmilch mit gekochter Ube-Wurzel aufkochen und bei mittlerer Hitze unter Rühren solange kochen, bis die Masse andickt ist. Vom Herd nehmen, mit einer Prise Salz würzen und Kokosöl sowie Kokosflocken einrühren.
3. Zum Schluss die Masse pürieren, bis ein cremiger Aufstrich entsteht.