

Rezept

# Vegane Kürbis-Panna-Cotta mit warmem Preiselbeerkompott

Ein Rezept von Vegane Kürbis-Panna-Cotta mit warmem Preiselbeerkompott, am 27.06.2026

## Zutaten

### FÜR DIE PANNA COTTA:

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| <b>250 g</b> Butternutkürbis (ersatzweise Hokkaidokürbis)           | <b>100 g</b> Mandeln    |
| <b>1</b> Vanilleschote (ersatzweise TL Bourbon-Vanillepulver)       | <b>2 EL</b> Ahornsirup  |
| <b>1/3 TL</b> Johannisbrotkernmehl (ersatzweise Pfeilwurzelsstärke) | <b>1/2 TL</b> Agar-Agar |
|   | <b>1</b> Bio-Zitrone    |

### FÜR DAS PREISELBEERKOMPOTT:

- |                        |   |
|------------------------|---|
| <b>1</b> Vanilleschote | <b>200 g</b> Preiselbeeren (ersatzweise TK-Preiselbeeren) |
| <b>3 EL</b> Ahornsirup | <b>1/2 TL</b> Johannisbrotkernmehl                        |
| <b>1 TL</b> Zimtpulver |   |

### AUSSERDEM:

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <b>4</b> Gläser (à ca. 200 ml Inhalt) | <b>1 Stängel</b> Minze (ersatzweise Zitronenmelisse) |
|---------------------------------------|--|

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

## Zubereitung

1. Den Kürbis waschen und schälen, Kerne und Fasern entfernen. Das Kürbisfleisch in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Die Mandeln mit 300 ml Wasser im Standmixer sehr fein pürieren und durch ein Feinsieb oder Passiertuch abseihen. Die Mandelmilch dabei auffangen.
2. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Kürbis, Mandelmilch, Vanillemark, -schote und Ahornsirup in einem Topf aufkochen. Zugedeckt in ca. 15 Min. bei schwacher Hitze gar kochen.
3. 2 Min. vor Ende der Garzeit die Vanilleschote entfernen, Agar-Agar und Johannisbrotkernmehl einrühren und ca. 2 Min. weiterköcheln. Die Masse im Standmixer sehr fein pürieren (falls der Mixer nicht stark genug ist, zusätzlich durch ein Sieb passieren). Die Zitrone heiß abwaschen, trocken tupfen, die Schale abreiben und unter die Kürbismasse heben.
4. Die Masse in die kalt ausgespülten Gläser füllen. Die Panna cotta in den Gläsern abkühlen lassen und dann 2 - 3 Std. in den Kühlschrank stellen.

5. Für das Kompott ca. 10 Min. vor dem Servieren die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Mit den übrigen Zutaten für die Preiselbeeren und 50 ml Wasser in einen Topf geben, gut umrühren, aufkochen und 2 Min. köcheln. Dann vom Herd nehmen.
- 
6. Die Panna cotta auf vier Dessertteller stürzen, das warme Preiselbeerkompott dazugeben. Die Minze waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und die Panna cotta damit garnieren.