

Rezept

Zuckerfreie Pannacotta

Ein Rezept von Zuckerfreie Pannacotta, am 17.06.2024

Zutaten

Pannacotta

- | | | | |
|-------|-------------------------------------|---------|----------|
| 1 | Vanilleschote | 400 g | Sahne |
| 100 g | Reissirup (ersatzweise Dattelsirup) | 4 Blatt | Gelatine |

Erdbeersauce

- | | | | |
|------|---------------------|-------|-----------|
| 80 g | Datteln (entsteint) | 300 g | Erdbeeren |
| 1 TL | Zitronensaft | | |

Ausserdem

- 4 kleine Förmchen à ca. 125 ml Inhalt

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 335 kcal, 15 g F, 6 g EW, 42 g KH

Zubereitung

1. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark mit dem Messerrücken herausschaben. Vanillemark und -schote mit Sahne und Reissirup in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze aufkochen. Anschließend den Topf vom Herd ziehen und die Vanillesahne ca. 15 Min. ziehen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Gelatine ca. 10 Min. in kaltem Wasser einweichen, dann gut ausdrücken, zur Vanillesahne geben und unterrühren, bis sie sich komplett aufgelöst hat. Die Creme durch ein Sieb passieren, in die Förmchen abfüllen und abgedeckt mindestens 4 Std. in den Kühlschrank stellen.
3. Die Datteln ca. 15 Min. in heißem Wasser einweichen. Erdbeeren waschen und von den Stielansätzen befreien. Die Datteln durch ein Sieb abgießen, dann mit den Erdbeeren und dem Zitronensaft im Mixer fein pürieren.
4. Zum Servieren die Förmchen kurz in heißes Wasser tauchen. Pannacotta vorsichtig auf Dessertteller stürzen, mit Erdbeersauce garnieren und genießen.