

Rezept

# Zuckerfreier Schokopudding mit Beeren

Ein Rezept von Zuckerfreier Schokopudding mit Beeren, am 08.06.2023

## Zutaten

<b>3</b> getrocknete Soft-Aprikosen	<b>250 ml</b> Milch (1,5 % Fett)
<b>150 g</b> gemischte Beeren	<b>20 g</b> Speisestärke
<b>1 EL</b> Kakaopulver (ungesüßt, schwach entölt)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 kleine Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 80 kcal, 2 g F, 3 g EW, 14 g KH

## Zubereitung

1. Die Soft-Aprikosen in einen hohen Rührbecher geben. Mit 200 ml Milch aufgießen und die Aprikosen darin ca. 10 Min. einweichen. Inzwischen die Beeren verlesen, waschen und trocken tupfen.

---

2. Die eingeweichten Aprikosen samt Milch mit dem Pürierstab sehr fein pürieren, dann die Masse in einen Topf geben und aufkochen. Die übrige (50 ml) Milch mit der Speisestärke und dem Kakaopulver mit einem Schneebesen glatt rühren und in die kochende Milch geben. Alles unter Rühren so lange köcheln lassen, bis der Pudding andickt.

---

3. Den Schokopudding auf Dessertschalen verteilen und abkühlen lassen. Zum Servieren den Pudding mit den Beeren bestreuen.