

Rezept: Kokospudding mit Aprikosensauce und Zimt



Zutaten – Aprikosensauce

- 50 - 75 g getrocknete Bio-Aprikosen (süsse, türkische), klein geschnitten
- etwas Wasser
- Saft ½ -1 Zitrone (je nach Grösse der Zitrone und Bedarf)
- ½ TL Zimtpulver

Zutaten – Pudding

- 2.5 dl Bio-Kokosmilch
- 3 TL Speisestärke (Maizena oder Tapioka), TL gut gehäuft (oder mit etwas Agar-Agar)
- 3 EL Sharkara (oder Vollrohrzucker)
- ½ Päckchen Vanillezucker
- ½ TL Kardamom 8am besten frisch gemahlen)
- abgeriebene Schale einer halben Zitrone und/oder Orange

Garnitur

- gehackte Pistazien oder Baumnüsse
- Andenbeere und/oder Granatapfel

Sauce

Die getrocknete Aprikosen klein schneiden und über Nacht oder mindestens eine Stunde im Wasser einweichen. Anschliessend die Aprikosen zusammen mit dem Zitronensaft, dem Zimt und Einweichwasser pürieren. Die Hälfte der Sauce auf Dessertschalen verteilen.

Pudding

Die Kokosmilch mit dem Kardamom, 3 EL Sharkara-Zucker, Vanille und der Zitronenschale aufkochen.

3 TL Speisestärke in wenig Wasser anrühren. Sobald die Kokosmilch kocht, die Speisestärke mit einem Schwingbesen gleichmässig unterziehen und für weitere 2-3 Min köcheln lassen. Anschliessend den Pudding in einer Form oder in kleineren Gefässen abkühlen lassen. Sobald der Pudding fest geworden ist, kann er auf die Dessertschalen mit der Sauce verteilt werden. Die restliche Sauce kann nach Bedarf hinzugefügt werden.

Anschliessend nach Herzenslust den Pudding mit Pistazien/Nüssen oder Obst garnieren.

Um eine festere Konsistenz ähnlich wie beim Panna Cotta zu erreichen, kann man 1/3 TL Agar- Agar vor dem Kochen unter die kalte Kokosmilch mischen. Damit der Pudding nicht zu fest wird, sollte dann die Speisestärke leicht reduziert werden, indem die TL nicht ganz so gehäuft sind wie ohne Agar-Agar.