

PANNA COTTA

Zutaten für 6 - 8 Portionen

5 dl Vollrahm
1 Vanillestängel
1 Prise Himalaya Salz
1 TL (gestrichen) AGAR AGAR
1 TL Vanillezucker

Zubereitung

Rahm mit dem aufgeschlitzten Vanillestengel aufkochen. Agar Agar in ganz wenig kaltem Wasser auflösen, dazugeben, umrühren, nochmals 2 Min. köcheln lassen. Mit Vanillezucker und Himalaya Salz abschmecken. In kalt ausgespülte Portionenförmchen füllen. 3 - 4 Std. im Kühlschrank fest werden lassen.

Vor dem Servieren die Förmchen kurz in heisses Wasser stellen, stürzen. Evtl. mit einem Beerencoulis servieren (Himbeeren, Heidelbeeren, Mangopurée etc.).

P.S. Trotz Vollrahm ist die Panna cotta ein leichtverdauliches Dessert, das zu jeder Mahlzeit (Eiweiss oder Kohlenhydrate) passt.

Den Teelöffel Vanillezucker kann man fast als Gewürz bezeichnen - deshalb gilt das Dessert als neutral.