



Kokos Panna Cotta mit wilden Blaubeeren

Zutaten für 4 Portionen:

6 Blatt Gelatine
500 ml ungesüßter Kokos Drink
1 EL Agavendicksaft
340 g wilde Blaubeeren aus Kanada aus dem Glas



Zubereitung:

1. Gelatine in kaltem Wasser 10 Minuten einweichen.
2. Kokos Drink mit Agavendicksaft aufkochen und vom Herd nehmen. Gelatineblätter ausdrücken und in der heißen Flüssigkeit auflösen, dabei gut umrühren.
3. Die Flüssigkeit in vier Gläser abfüllen und mindestens 4 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.
4. Zum Servieren die Blaubeeren mit einigen Löffeln Blaubeersaft je nach Belieben auf die Kokos Panna Cotta geben

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Kühlzeit: 4 Stunden

Nährwerte pro Portion:

Energie: 69 kcal / 290 kJ

Eiweiß: 2,1 g

Fett: 1,1 g

Kohlenhydrate: 10,8 g