





## PANNA COTTA

 30 Minuten

 ca. 4 Stunden

 4 Portionen

### NÄHRWERTE (Ø pro Portion)

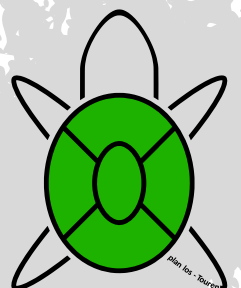
kcal	326
Protein	4,25 g
Fett	30,25 g
Carbs	7,75 g
Zucker	7,625 g

### ZUTATEN

- 400 ml Schlagsahne
- 4 Blätter Gelatine
- 140 g Erythrit
- 1 Vanilleschote
- 300 g Erdbeeren (frisch oder TK)
- 1 TL Zitronensaft

### WERKZEUG / KÜCHENMATERIAL

- 1 Topf
- 1 Messer
- 1 Schneidebrett
- 1 Schüssel
- 1 Schneebesen
- 1 Teelöffel
- 1 Pürierstab
- 4 Schälchen





# ZUBEREITUNG

## PANNA COTTA



- fülle die Schüssel mit kaltem Wasser und lege die Blattgelatine hinein
- halbiere die Vanilleschote und kratze das Mark mit der Rückseite des Messers heraus
- gebe die Sahne in einen Topf
- füge 60 g Erythrit, das Vanilleschoten-Mark und die Vanilleschote (wird später wieder entfernt) hinzu
- lasse die Sahne vorsichtig, unter regelmäßigem Umrühren aufkochen (bis das Erythrit aufgelöst ist)
- nehme den Topf vom Herd und entferne die Vanilleschote
- drücke die eingeweichten Gelatineplatten aus und gebe diese in den Topf
- rühre alles durch, dass eine gleichmäßige Masse entsteht
- verteile die flüssige Panna Cotta gleichmäßig auf 4 Schälchen
- lasse diese nun ca. 10 - 15 Minuten abkühlen
- gebe die Schälchen für ca. 4 Stunden in den Kühlschrank (oder über Nacht)
- lasse die TK Erdbeeren in dem Topf auftauen / entferne den Strunk der frischen Erdbeeren
- füge die restlichen 80 g Erythrit und den TL Zitronensaft zu den Erdbeeren
- püriere alles mit einem Pürierstab zu einer feinen Soße
- hole die gestockte Panna Cotta aus dem Kühlschrank (nach ca. 4 Stunden)
- verteile die Erdbeersoße gleichmäßig über die 4 Schälchen Panna Cotta

