



Honig Panna Cotta mit Aprikosensauce

Zeit gesamt
🕒 3h 30min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	5 St.
Vanilleschote	1 St.
Schlagsahne	500 g
Honig	50 g
Aprikosen, frisch	8 St.
Weißwein, trocken	150 ml
Brauner Zucker	1 EL
Speisestärke	1 EL
Thymian, frisch	5 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf

1. In einer Schüssel Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vanilleschote längs einritzen und Mark herauskratzen. In einem Topf Vanilleschote und -mark, Sahne und Honig auf mittlerer Stufe aufkochen und ca. 10 Min. unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen.
2. Vom Herd nehmen und ca. 10 Min. abkühlen lassen. Vanilleschote aus der Honigsahne entfernen. Gelatine abtropfen lassen und unter ständigem Rühren darin auflösen. Pannacotta in 4 Förmchen oder Gläser gießen und im Kühlschrank mind. 3 Std. oder über Nacht gelieren lassen.
3. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. In einem Topf Weißwein mit Zucker aufkochen. Aprikosen zugeben und ca. 3–5 Min. dünsten, bis sie weich werden, aber nicht zerfallen. Inzwischen in einer Schüssel Stärke in wenig Wasser anrühren. Aprikosen damit leicht andicken und abkühlen lassen.
4. Vor dem Servieren Honig-Pannacotta auf Teller stürzen und mit Aprikosensauce anrichten. Mit Thymian garnieren und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	302 kcal
Kohlenhydrate	32 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	13 g