



Kokos-Panna cotta

Zeit gesamt
3h 20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	5 g
Schlagsahne	200 g
Kokosnussmilch	400 ml
Zucker	50 g
Honigmelone	0.5 St.
Wassermelone	0.25 St.
Bio Limetten	1 St.
Honig	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf

1. In einer Schüssel Blattgelatine in kaltem Wasser einweichen. In einem Topf Sahne und Kokosmilch aufkochen. Zucker in den Topf geben und ca. 10 Min. ziehen lassen.
2. Eingeweichte Gelatine leicht ausdrücken und in die Sahne-Kokosmilch rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Kokos-Panna-cotta auf 4 Gläser verteilen und für ca. 3 Std. kalt stellen.
3. Melonen halbieren, ggf. Kerne herauskratzen, Schale entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Limette halbieren und Saft auspressen. In einer Schüssel Melonen mit 2 EL Limettensaft und Honig vermengen. Kokos-Panna-cotta aus den Förmchen stürzen und mit Melonensalat servieren.

Viel Freunde beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	395 kcal
Kohlenhydrate	49 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	22 g