



Panna Cotta mit exotischen Früchten

Zeit gesamt
3h 30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Zitronen	2 St.
Orangen	1 St.
Vanilleschote	1 St.
Schlagsahne	500 ml
Zucker	200 g
Blattgelatine	4 St.
Ananas	0.25 St.
Mango	1 St.
Weißwein, trocken	20 ml
Butter	3 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, Sieb

1. Zitrone und Orange waschen, ca. 1 TL von der Schale reiben. Vanilleschote in der Mitte aufschneiden, Mark mit einem Messer auskratzen. In einem Topf Sahne mit 150 g Zucker, Vanilleschote und -Mark, Zitronen- und Orangenabrieb auf mittlerer Stufe aufkochen und ca. 10–15 Min. ziehen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, gut ausdrücken, dann in der warmen Sahne auflösen. Die warme Sahne durch ein feines Sieb gießen, um den Abrieb und die Schote auszusieben. Die Panna cotta in Schälchen füllen und für etwa 3 Std. in den Kühlschrank stellen.
3. Ananas und Mango schälen und in Würfel schneiden. In einem Topf 50 g Zucker bei niedriger Stufe karamellisieren. Sobald der Zucker anfängt zu karamellisieren, Ananas und Weißwein hinzugeben und für ca. 3 Min. köcheln lassen. Anschließend Mango und Butter dazugeben, ca. 2 Min. kochen und abkühlen lassen. Die Panna cotta mit exotischen Früchten in einem Glas servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	541 kcal
Kohlenhydrate	93 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	18 g