



1A+1B

Vegetarisch

## Kokos-Panna-Cotta mit gesalzenem Karamellsirup



Zubereitungszeit  
5 minuten



Portionen  
Voor 2 personen

### Zubereitungsart

- 1 Gelatine für die Verwendung vorbereiten (Anleitung auf der Verpackung beachten). Den mageren Quark mit der Gelatine vermischen und mindestens 2 Stunden im Kühlschrank festwerden lassen. Die Cantuccini in ein Glas bröckeln und anschließend die Panna Cotta darüber schöpfen. Jedes Glas mit einem EL gesalzenem Karamellsirup und einem Zweig frischer Minze abschließen.
- 2 Achtung! Dies ist ein Dessert für besondere Anlässe und Feiertage.

### Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle cantuccini kokos
- ☐ 2 EL PS. food & lifestyle gezouten karamelstroop
- ☐ 200 g magerer Quark
- ☐ 2 Blatt Gelatine
- ☐ 2 Zweige frische Minze

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 166 kcal |
| Kohlenhydrate | 10 g     |
| Fett          | 5 g      |
| Ballaststoffe | 2 g      |
| Eiweiß        | 19 g     |