

## Rezept der Woche



### Himbeer "Panna Cotta"

#### Zutaten

- 1 EL Gelatine
- 400 ml Kokosmilch
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Vanille-Essenz
- 170 g Himbeeren, TK oder frisch (ein paar für die Deko beiseite legen)

Und so einfach wird es gemacht:

- 1 Gelatine in 50 ml Kokosmilch auflösen.
- 2 Restliche Kokosmilch mit den Himbeeren und den Gewürzen im Mixer oder mit dem Stabmixer pürieren. Wer will, kann die Mischung jetzt durch ein feines Sieb drücken, um die Himbeerkerne loszuwerden.
- 3 Himbeer-Kokosmilch erwärmen, aber nicht kochen lassen. Jetzt wird die warme Flüssigkeit langsam in die aufgelöste Gelatine gegossen.
- 4 Für 2 Stunden kalt stellen.



Dazu passt:

frische Bio-Himbeeren und  
Kokosraspel zum Garnieren

mein glutenfreies Müsli



#### Dr. Finzels Tipp:

Haben Sie bei "Panna Cotta" nicht auch cremig, sahnig, süß im Kopf?

Hier weit gefehlt!

Dieses leckere "Panna Cotta" kommt sogar ohne Milchprodukte und Zucker aus!

weitere Rezepte und Infos unter

[drfinzel.de](http://drfinzel.de)