



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Schokoladen-Früchte Dessert

Das Rezept geht theoretisch mit jedem Obst. Im Kochkurs haben wir saisonal passend Pflaumen verwendet. Die Schokoladen-Frischkäse Masse braucht etwas Zeit zum Kühlen, dann ist sie fester. Im Kochkurs hatten wir zu wenig Zeit und keinen Kühlschrank – daher war alles etwas flüssig. Aber trotzdem sehr lecker.

Die Früchte werden zu einer grob-stückigen Konfitüre gekocht. Hier einige Ideen für Geschmacks-Kombinationen, je nach Saison und Jahreszeit:

- Erdbeeren mit Holundersirup kochen, zum Schluss etwas frischer, sehr fein gehackter Basilikum dazu
- Johannisbeeren mit hellem Rum, ein kleiner Schuss Espresso
- Himbeeren mit Kirschwasser und Minze oder Zitronenmelisse
- Blaubeeren mit rum, gerne Kokosrum und Thymian
- Äpfel mit Calvados und ggf. Rosinen und Zimt
- Pflaumen mit Portwein und Vanille oder Zimt
- Quitten mit Weisswein und einem Lorbeerblatt kochen, Vanille

Für die Schokoladencreme verwende ich weiße Reismilch Schokolade. Die vertrage ich trotz Histaminintoleranz gut. Der vegane Frischkäse ist auf Mandelbasis. Da könnt ihr natürlich jede Art natur-Frischkäse verwenden, die ihr mögt. Wichtig ist, dass die Schokolade in der Kokosmilch schmilzt, aber nicht kocht. Und dann gut auskühlt, bevor man den Frischkäse untermischt. Dann nochmal kalt stellen.

Zutaten für 4-6 Portionen

200g weiße Schokolade
300 ml vollfette Kokosmilch
200g Natur-Frischkäse
500g Obst
50-100 ml Flüssigkeit
Zucker und Gewürze nach Geschmack

1. Die Schokolade fein hacken und in der Kokosmilch schmelzen. Erkalten lassen, Dann den Frischkäse unterheben und erneut kalt stellen.
2. Das Obst in mundgerechte Stücke schneiden. Mit der Flüssigkeit aufkochen zu einem stückigen Kompott. Mit Zucker und Gewürzen abschmecken. Das Obst darf kräftig und gerne leicht säuerlich schmecken, um einen guten Gegenpart zur süßen Schokoladencreme zu setzen.
3. Abwechselnd in ein Glas oder eine Dessertschale schichten.

