

Mandarinencreme

Beliebte Komponenten wie Vanillepudding, Quark und aromatische Mandarinen vereint zu einem himmlischen Dessert!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, eifrei, milchfrei und fruktosearm siehe Tipp am Rezeptende



Für 4 – 6 Personen

1 Dose Mandarinen (Abtropfgewicht 175g)

250ml Wasser

200g Speisequark 20% Fett (ggf. laktosefrei)

1 P. Vanillepuddingpulver

3 – 4 EL Zucker

150ml Sahne (ggf. laktosefrei), steif geschlagen

1. Die Mandarinen in einem Sieb abtropfen lassen. Einige Mandarinenstücke zur Dekoration beiseitelegen.
2. Das Vanillepuddingpulver mit Zucker und 6 EL Wasser verrühren. Restliches Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Das angerührte Puddingpulver mit dem Schneebesen unter das heiße Wasser rühren und einmal aufkochen lassen. Sofort die Mandarinen unterrühren, dann die Masse abkühlen lassen.
3. Den Mandarinenpudding mit dem Handrührgerät (Quirle) aufrühren. Quark und Sahne unter die Mandarinenmasse heben.
4. Die Creme in Dessertgläser einfüllen, mit Mandarinenstücken und auf Wunsch Sahnetuffs dekorieren.

Milchfrei – Tipp: Quark durch eine vegane Quarkalternative auf Sojabasis tauschen. Einen aufschlagbaren Sahneersatz auf z.B. Kokosbasis anstatt Sahne verwenden.

Fruktosearm – Tipp: Frische Mandarinen anstatt Dosenmandarinen verwenden. Zucker durch 4 – 5 EL Getreidezucker tauschen.

