

Nektarinen-Traum

Mit dem Rezept für den wunderbaren Nektarinen-Traum wird jedes Menü perfekt abgerundet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,8 h



Foto: superscheeli

Zutaten

8 Stk.	Nektarinen
300 ml	Ananassaft
2 EL	Puddingpulver
1 EL	Agavendicksaft (oder Zucker)
10 Stk.	Vollkornbutterkekse
50 g	Müsli
80 g	Topfen
150 g	Naturjoghurt
2 EL	Honig

Zubereitung

1. Für den Nektarinen-Traum zunächst die Haut von den Nektarinen abziehen (gelingt gut mit dem Sparschäler), dann halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Zwei Drittel vom Ananassaft in einen Topf füllen, das Fruchtfleisch zufügen und aufkochen lassen.
2. Bei geringer Hitze rund 10 Minuten weich kochen. Anschließend vom Herd nehmen, Topfinhalt mit dem Kartoffelstampfer oder einer Gabel zu Brei zerdrücken.
3. Den restlichen Ananassaft in eine Schale füllen und mit dem Puddingpulver glattrühren, anschließend unter den Nektarinenbrei ziehen. Den Agavendicksaft (alternativ Zucker) ebenfalls einrühren. Den Topf noch einmal auf den Herd stellen, kurz aufkochen und 5 Minuten ausquellen lassen.

4. In der Zwischenzeit die Vollkornkekse in einen Gefrierbeutel füllen. Mit dem Nudelholz einige Male darüber fahren, bis die Kekse zerbröseln sind. Joghurt mit Topfen und Honig in eine Schale geben und sorgfältig verrühren.
5. Die Keksbrösel auf die Dessertgläser verteilen. Darüber das Müsli streuen. Als nächste Schicht die Hälfte des Nektarinenbreis einfüllen. Darüber die gesamte Joghurtmasse verteilen, mit der restlichen Nektarinenmasse abschließen. Die Dessertgläser mit Frischhaltefolie verschließen und mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

Tipp

Den Nektarinen-Traum vor dem Servieren beliebig dekorieren: Mit Schokostückchen, Minzeblättern, Keksen, Waffelröllchen etc.