



Kokos-Ricotta-Parfait mit karamellisierten Nüssen



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 300 kcal/ 1250 kJ	Fett: 22 g
Eiweiß: 4 g	Davon gesättigte Fettsäuren: 12 g
Kohlenhydrate: 20 g	ungesättigte Fettsäuren: 10 g

Zubereitungszeit:

ca. 15 Minuten + 5-6 Stunden
Kühlzeit

Zubereitung:

1. Die Sahne steif schlagen und in den Kühlschrank stellen. Eigelbe mit Zucker schaumig schlagen und die Kokosmilch, Ricotta und den Batida de Coco dazugeben. Alles unter die steifgeschlagene Sahne heben und in eine Kastenform füllen. Mit Frischhaltefolie abdecken und für ca. fünf bis sechs Stunden in den Tiefkühler geben.

2. Für das Topping Zucker in einer Pfanne schmelzen und unter Rühren zu einem hellbraunen Karamell aufkochen, Kokosraspeln und Walnüsse hinzugeben und alles gut vermischen. Die Mischung auf ein Blech geben und mit einer Gabel leicht auflockern. Anschließend trocknen lassen.

3. Zum Servieren das Parfait aus der Form stürzen und mit dem Topping bestreuen.

Zutaten für 8 Portionen :

200 ml Sahne
5 Eigelb
60 g Puderzucker
200 ml Kokosmilch
100 g Ricotta
2 EL Batida de Coco
75 g Zucker
75 g Kokosraspeln
50 g fein gehackte Walnüsse