



Gekochte Vanillecreme

Vanillepudding & Vanillesauce

Die gekochte Creme

Die Zutaten:

- 1/2l Milch (wahlweise laktosefrei oder Sojamilch)
- 60g Zucker
- 30g Speisestärke
- 1 Ei (Größe L)
- 1 Vanilleschote
- 1 Prise Salz

Die Zubereitung – gekochte Creme:

- Stärkepulver mit ca. 4 -5 EL Milch in einem Schüsselchen glatt rühren.
- Das Ei trennen. - Das Eigelb in einem kleinen Schüsselchen glatt rühren, das Eiweiß steif schlagen.
- Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark entfernen und zur restlichen Milch geben.
- Milch, Zucker und die Prise Salz in einem Topf zum kochen bringen.
- Stärke-Milch-Gemisch unter rühren in die heiße Milch geben und weiter rühren, kurz aufkochen lassen.
- Die Creme vom Herd nehmen und das Eigelb zugeben und zügig glatt rühren.
- Eiweißschnee hinzu geben und zügig unterheben.
- Die Creme in eine Glasschüssel geben oder gleich portionieren.



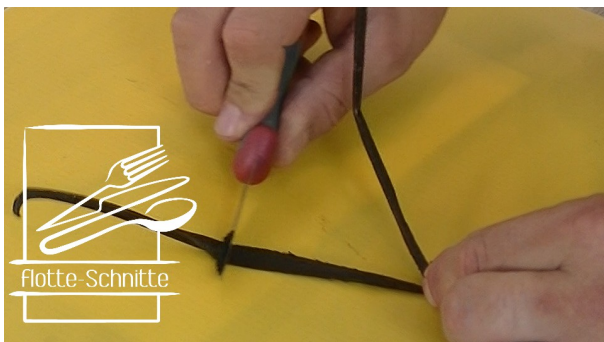
Die Vanillesauce:

Die Zutaten:

- 1/2l Milch (wahlweise laktosefrei oder Sojamilch)
- 60g Zucker
- 20g Speisestärke
- 1 Vanilleschote
- 1 Prise Salz

Die Zubereitung:

- Stärkepulver mit ca. 4 -5 EL Milch in einem Schüsselchen glatt rühren.
- Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark entfernen und zur restlichen Milch geben.
- Milch, Zucker und die Prise Salz in einem Topf zum kochen bringen.
- Stärke-Milch-Gemisch unter rühren in die heiße Milch geben und weiter rühren, kurz aufkochen lassen.
- Die Vanillesauce im Wasserbad kalt rühren und dann in eine Karaffe geben.



Wer lieber eine **Schokoladencreme (Schokoladenpudding)** mag nimmt anstelle der Vanilleschote 60 – 100g Schokolade (ich empfehle Zartbitter, da Vollmilch sehr süß wird).



QR-Code scannen und Video schauen!

