

Rezept

Ayurvedischer Schokopudding mit Chili und Safransahne



Ein aphrodisierendes Rasayana-Rezept aus unserer Ayurveda-Küche...

ZUTATEN

- 300 ml Sahne
- 300 ml Wasser
- 100 g Bio-Zartbitterschokolade
- 150 g Vollrohrzucker
- 1 TL Bourbon-Vanillezucker
- ¼ TL Kardamom
- 1 MS Zimt
- 1 Orange, unbehandelt
- 1,5 EL Maisstärke
- 1 gehäufte MS Chilipulver (je nach Geschmack)
- 1 MS Safranpulver
- 1 EL Ahornsirup

ZUBEREITUNG

1. Die Zartbitterschokolade zusammen mit 200 ml Sahne und 200 ml Wasser erhitzen und unter ständigem Rühren zu einer flüssigen Masse schmelzen.
2. 100 ml Wasser, Maisstärke und Vollrohrzucker vermischen und der Schokoladenmasse zufügen. Kurz mitköcheln lassen.
3. Die Schale der Orange fein abreiben.
4. Kardamom, Zimt, Chili und Orangenschale unterrühren, noch einmal aufkochen lassen und in Dessertschälchen verteilen.
5. 100 ml Sahne mit Safranpulver und Ahornsirup aufschlagen und als Sahnehäubchen auf den abgekühlten Pudding geben.

Gutes Gelingen und guten Appetit!