

Vegane Goma-Panna-Cotta mit Tahini

Gesamtzeit **140 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 10 Min. Kochzeit 120 Min. Abkühlzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
757 kJ / 182 kcal

Fett: **5.7 g** Eiweiss: **6.3 g**
Kohlenhydrate: **24.7 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Für die Crème:

1 Vanilleschote
600 ml Sojamilch
50 g brauner Zucker (oder 4 EL Ahornsirup)
2 EL schwarzes Tahini
1.5 TL Agar-Agar (siehe Tipp)

Für den Sirup:

4 EL Ahornsirup
2 EL Kikkoman natürlich
gebraute Tamari
glutenfreie Sojasauce
ohne Weizenzusatz

Zum Garnieren:

2 TL schwarze Sesamsamen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

1 Vanilleschote - **600 ml** Sojamilch - **50 g** brauner Zucker (oder 4 EL Ahornsirup) - **2 EL** schwarzes Tahini - **1.5 TL** Agar-Agar (siehe Tipp)
Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark mit einem kleinen scharfen Messer herauskratzen. Die Sojamilch mit der Vanilleschote, dem Mark, dem Zucker, dem Tahini und dem Agar-Agar vermischen und in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Die Vanilleschote entfernen, etwas abkühlen lassen, auf vier Dessertgläser verteilen und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

Schritt 2

4 EL Ahornsirup - **2 EL** Kikkoman natürlich
gebraute Tamari
glutenfreie Sojasauce
ohne Weizenzusatz

Ahornsirup mit Kikkoman glutenfreier Sojasauce vermischen. Eventuell leicht erwärmen, damit sich beide besser vermischen.

Schritt 3

2 TL schwarze Sesamsamen
Sesamsamen in einer kleinen beschichteten Pfanne rösten. Das Dessert mit den Samen garnieren und mit dem Sirup servieren.