

Kokospannacotta med vanilj och citron

KOKOSPANNACOTTA

För 4 personer

TILLAGNINGSTID:

25 minuter*

4 dl kokosmjölk

2 st citron (zest)

1,5 tsk gelantinpulver

3 msk lönsirap

1 tsk äkta vaniljpulver

HUSGERÅD

Visp

Kastrull

Måttsats

Sil

*Tiden på 4 timmar då den sätter sig i kylan är inte medräknad.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Cervera.

Kokospannacotta med vanilj och citron

Kokospannacotta

Denna Kokospannacotta med sin ljuvlig smak av vanilj och citron bjuder på en underbar smakupplevelse. En helt mjölkfri pannacotta, gjord med en bas av kokosmjölk, som bara smakar mer!

Pannacotta

Pannacotta är en förföriskt god liten dessert vilken ursprungligen kommer från Italien och är en pudding där ägget bytts ut mot gelatin.

I grundreceptet så blandar man grädde, mjölk, socker, vanilj och gelatin som man låter sjuda samman och sedan låter stelna.

I en [Paleokost](#) så utesluter man mejeriprodukter och vitt socker men man vill ju ändå kunna njuta av denna goda dessert. Valet att då göra den på kokosmjölk och välja en annan sötning är ju toppen!

Gelatin



Men vi har valt att göra den på [Pure Gelatin](#) som är ett gelatinpulver på naturliga betesmarker året om.

Pure Gelatin har en naturlig smak och doft och passar därför perfekt

när man ska göra desserter som Kokospannacotta eller något annat smarrigt godis.

Laga nu och njut av denna ljuvliga Kokospannacotta med smak av vanilj och citron!

Så här gör du

- [Vispa](#) samman 2 dl av [kokosmjölken](#) med zest från två [citroner](#) i en [kastrull](#)
- Låt det precis koka upp och dra bort kastrullen från spisen
- Häll upp resten av kokosmjölken i en vid skål och strö [gelatinpulvret](#) i ett fint lager över ytan
- Låt svälla i 10 minuter
- Sätt kastrullen med kokosmjölk och citrongest på spisen och låt den åter precis koka upp
- Vispa ner blandningen med kokosmjölken och gelatinpulver
- Vispa tills det blandat sig bra
- Dra bort kastrullen från spisen och tillsätt [lönnsirap](#) och [äkta vaniljpulver](#)

Kokospannacotta med vanilj och citron

- Vispa samman
- Sila allt genom en [sil](#) så att du får bort citronzestet
- Häll upp på små glas och ställ in i kylan i minst 4 timmar för att Pannacottan ska sätta sig

Vid servering toppa med rivet citronzest och eventuellt färska bär.

Tips! Det går alldeles utmärkt att förbereda och göra Kokospannacottan dagen innan man ska avnjuta den.



Goda paleo desserter

Här i Paleoskafferiet hittar du många härliga desserter helt utan gluten, mejerier och vitt socker. Vi kan rekommendera:

- [Falsk ostkaka](#)
- [Efterrättspizza](#)
- [Jordgubbspaj](#)
- [Cashewglass med vanilj](#)

Tid att Njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Cervera](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.

Kokospannacotta med vanilj och citron