

## Karotten-Nockerl auf Kokos-Kernöl-Creme



**Nachspeise**  
Rezeptart



**50 Minuten**  
Zubereitung



**mittel**  
Schwierigkeit



### Zutaten für 4 Portionen

#### Karotten-Nockerl:

150 g Karotten  
300 ml Mandel- oder Reismilch  
zerstoßene Samen aus 10  
Kardamomkapseln  
20 g Rosinen (fein gehackt)  
20 g Mandeln (grob gemahlen)  
1 EL Mandelmus  
1 TL Ingwer (fein gehackt)  
abgeriebene Schale von 1 Zitrone und 1  
Orange  
2 EL Granatapfelkerne zum Garnieren

#### Creme:

150 ml Kokosnussmilch  
150 ml Mandel- oder Reismilch  
1 EL Stärkemehl  
1 EL Staubzucker  
2 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.

### Zubereitung

Pflanzenmilch unter regelmäßigem Rühren in einem flachen Topf bei mäßiger Hitze um die Hälfte einkochen (ca. 30 Minuten). Restliche Zutaten zugeben und weiter vorsichtig zu einer dicklichen Masse einkochen (ca. 10 Minuten). Masse abkühlen lassen und zu acht Knödel formen. Für die Creme ungesüßte Pflanzenmilch mit Staubzucker und Stärkemehl unter ständigem Rühren zum Kochen bringen, mit Kürbiskernöl verfeinern, anschließend kalt stellen. Beim Anrichten jeweils zwei Nockerl auf die Creme setzen, mit Granatapfel-Kernen und etwas Staubzucker garnieren.

**Tipp:** Zusätzlich mit Kürbiskern-Krokant und frischer Minze servieren.

**Rezept von Erich Pucher / Foto: Stefan Kristoferitsch**