

Vanille-Pudding



Zutaten (für 4 Portionen)

2 Eigelb (M)
60 g Zucker
25 g Speisestärke
500 ml Milch
2 Vanilleschoten



Zubereitungszeit
15 Min



Kcal
245

KJ

Eiweiss
8,9

Fett
13,2

Kohlenhydrate
25,2

Zubereitung

1. Eier trennen. Die Eigelbe mit Zucker, Stärke und 3 - 4 EL der Milch glatt rühren.
2. Restliche Milch in einem Topf zum Kochen bringen. Vanilleschoten längs aufschneiden und das Mark jeweils mit der stumpfen Messer-Rückseite auskratzen. Mark und die ausgekratzten Schoten zur Milch geben. Die Milch unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. Sobald die Milch kocht, Vanilleschoten entfernen.
3. Kochende Milch vom Herd ziehen und unter Rühren den Stärke-Mix zugeben. Zurück auf die Herdplatte geben und bei geringer Hitze 3 bis 4 Minuten unter Rühren köcheln lassen.
4. Zum Schluss den Pudding in vorbereitete Förmchen füllen und abkühlen lassen.

Tipp: Wer keine Haut auf dem Pudding mag, den noch warmen Pudding mit Frischhaltefolie abdecken.