

PUMPERNICKEL-PUDDING



PUMPERNICKEL-PUDDING

Schwierigkeitsgrad: normal

90 Min.

Zutaten

- 400 g Pumpernickel
- 100 g SweetFamily Feiner Zucker
- 50 g geriebene, zartbittere Schokolade
- 100 g gemahlene Haselnüsse
- 100 g Rosinen
- 50 g Butter
- 250 ml Milch
- ½ TL gemahlener Zimt
- 2 EL Semmelbrösel
- 5 Eier
- 3 cl Rum
- Saft und abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone



ZUBEREITUNG

445

Kcal

Portion

12

Gramm

Eiweiß

47

Gramm

Kohlenhydrate

21

Gramm

Fett

Zubereitung des Teigs:

Den Pumpernickel fein zerbröseln oder mit dem Kochmesser fein hacken, mit der heißen Milch übergießen, gut durchrühren und eine Stunde durchziehen lassen. Eigelbe und SweetFamily Zucker schaumig rühren. Schokolade, Zimt, Rum, Zitronensaft und -schale sowie Haselnüsse zugeben. Die Rosinen heiß überbrühen, etwas einweichen lassen und gründlich untermischen. Pumpernickelmasse und Eigelbmischung vermengen. Die 5 Eiweiße zu steifem Schnee schlagen und unterheben.

Backen und Servieren:

Eine verschließbare Kochpuddingform gut ausbuttern und mit Semmelbröseln ausstreuen. Mit dem Puddingteig bis zu Dreiviertel füllen, Form verschließen und 60 Minuten im kochenden Wasserbad garen. Pudding auf einer vorgewärmten Platte anrichten und mit Vanillesauce reichen.