

Ferdi Manna

Zutaten:

400 ml Kokosmilch

200 ml Pflanzenmilch

5 EL Agavensaft

5 EL Speisestärke

2 TL Agar-Agar

1 TL Vanille

Zubereitung:

1. Kokosmilch + Pflanzenmilch + Agavensaft + Vanille in ein Topf schütten und unter leichter Hitze flüssig rühren.
2. Die Speisestärke in eine Extra Schüssel geben und mit etwas Flüssigkeit aus dem Topf verrühren.
3. Unter rühren die Flüssige Speisestärke in den Topf geben, Agar- Agar dazu und kurz Aufkochen lassen.
4. In eine Form gießen und abkühlen lassen. Dann für mind. 4 Std in den Kühlschrank stellen. FERTIG

Tipp☺

Man kann auch eine Packung Bio Vanille Pudding nehmen und braucht dann nur 3,5 EL Speisestärke und kein extra Vanille.

4 TL Carob Pulver in den Topf dann hat man Ferdi black Manna. Schmeckt lecker.

Nüsse kann man auch nach belieben in den Topf werfen.