

Buttermilchgelee

für 4 Personen

Zutaten

- 500 ml Buttermilch
- 6 Blatt Gelatine weiß
- kaltes Wasser
- Zitronensaft, Süßstoff

Zubereitung

1. die Gelatine in kaltem Wasser ca. 5 Minuten einweichen
2. Buttermilch mit Zitronensaft und Süßstoff abschmecken
3. Gelatine ausdrücken und bei geringer Hitze mit 6 EL Wasser im Topf auflösen
4. Buttermilch zur aufgelösten Gelatine geben und gut vermischen
5. Masse auf 4 Schälchen verteilen und ca. 30 Minuten kaltstellen

Nährwert

pro Portion:

Brennwert	ca. 52 kcal
Eiweiß	ca. 6 g
Fett	ca. 0,6 g
Kohlenhydrate	ca. 5 g
Broteinheiten	ca. 0,5 BE

From:

<http://wernerflamme.name/> - **Werners Wiki**

Permanent link:

<http://wernerflamme.name/doku.php?id=rezepte:besucher:dessert:bumige>

Last update: **2016-05-06 08:37**

