PETITE GOURMETS

AMERIKAN

Bal Kabağı Puding

Ballı ve baharatlı kremalı balkabağı muhallebisi tarifi. Sıcak veya soğuk servis edilebilen, kolayca yapılan mükemmel sonbahar tatlısı. Vejetaryen dostu!

10 min	5 min	15 min	4	Easy
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 1 yemek kaşığı bal
- 2 yemek kaşığı krema
- 3 yemek kaşığı kakao
- 1 bardak badem

Yapılışı

1. **Krema tabanını hazırlayın**
   1 su bardağı kremayı orta boy tencerede orta-düşük ateşte kenarlarında küçük kabarcıklar oluşana kadar yaklaşık 3-4 dakika ısıtın.
2. 2 yemek kaşığı kakao tozunu sıcak kremaya topak kalmayacak şekilde tamamen pürüzsüz olana kadar yaklaşık 1 dakika sürekli çırparak karıştırın.
3. **Balkabağı karışımını blendleyin**
   Add 3 tablespoons of pumpkin puree to a food processor or blender.
4. Sıcak kakao krema karışımını, makine çalışırken mutfak robotuna tamamen pürüzsüz ve kremamsı hale gelene kadar yaklaşık 30 saniye yavaşça dökün.
5. 1 yemek kaşığı bal ekleyin ve 10 saniye blendleyin, ardından tadına bakın ve tatlılık için istenirse daha fazla bal ekleyin.
6. **Serve**
   Balkabağı muhallabisini 4 servis kasesi veya bardağa paylaştırın ve sıcakken hemen servis edin, ya da soğuk servis etmek için 2-4 saat buzdolabında soğutun.

Besin Değerleri

285	6g	28g	18g	4g	24g	45mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

En pürüzsüz doku için, balkabağı pürenizi kullanmadan önce ince gözenekli süzgeçten geçirerek lifli parçacıkları çıkarın.

Kremayı ısıtırken, yanmasını veya kesilmesini önlemek için hafif kaynama noktasında tutun - yüksek ısı kremanın ayrışmasına neden olabilir.

Taze balkabağı kullanıyorsanız, çatalla delinebilir hale gelene kadar 200°C'de 45-60 dakika kesik yüzü aşağı bakacak şekilde kavurun, ardından etini çıkarıp pürüzsüz hale gelene kadar püre yapın.

Bal eklemeden önce karışımı tadın, çünkü balkabağının tatlılığı çeşidine ve mevsime bağlı olarak önemli ölçüde değişebilir.

Ekstra ipeksi doku için, bitmiş muhallebiyi el blenderıyla 30 saniye çırparak kalan topakları giderin.

Muhallabinin uygun şekilde katılaşması ve tam lezzet profilini geliştirmesi için servis etmeden önce en az 2 saat soğutun.

Soğutma sırasında üzerinde tabaka oluşmasını önlemek için, streç filmi doğrudan muhallabinin yüzeyine yapıştırın.

Vegan versiyon için, ağır kremayı tam yağlı hindistancevizi sütüyle değiştirin ve balı eşit miktarlarda akçaağaç şurubu veya agave nektarıyla değiştirin.