Trauben-Chiagrütze mit Himbeerhaube

Zutaten für vier Personen:
500 ml heller Traubensaft
4 EL weiße Chiasamen
1 Vanilleschote
Abrieb von je 1 unbehandelten Limette und Orange
1 EL Agavendicksaft
160 g gemischte halbierte Weintrauben
120 ml vegane Schlagcreme
2 ½ EL Himbeersauce
2 EL Himbeeren
4 Minzekrönchen

Zubereitung: circa 20 Minuten
Traubensaft mit Chiasamen gut verrühren und quellen lassen, bis er anzieht. Mark von einer Vanilleschote, Abrieb von Limette und Orange, Agavendicksaft und gemischte Weintrauben zufügen, gut vermengen und in Glaskelch oder Cocktailgläser füllen. Erst Himbeersaucenspiegel, dann vegane Schlagcreme darauf anhäufeln. Mit Himbeeren belegen, mit Minzekrönchen garnieren.

Nährwerte pro Portion:

270 kcal - 12 g Fett - 3 g Eiweiß - 38 g Kohlenhydrate - 3 BE

Dieses Gericht ist vegan.