

**PORTIONEN**

16

**ZEIT GESAMT**

20 min

**LEVEL**

easy

Rezept

## LUSTIGE LIMETTEN-LECKEREI

Ja, ich gebe es zu, ich habe mal wieder ein wenig im Netz gestöbert und bin fündig geworden. Natürlich ein wenig angepasst, so dass es in die low carb Ernährungsidee passt.

Ich finde, das sieht so unglaublich erfrischend und lecker aus, dass man gar nicht anders kann, als reinzubeißen. Andere Zitrusfrüchte sind oft in den Herbst und Winter zu verorten, Limetten aber sind für mich absolut die Sommerfrucht. Der Geruch ist einfach Sommer und Sonne pur.

Im Grund ist es Wackelpudding in einer anderen Form – aber sieht das nicht cool aus? Ich wette, damit macht Ihr beim nächsten Gartenfest echt Eindruck – frisch aus dem Kühlschrank sind diese Leckerlis einfach klasse!

Ach ja, Du wirst sehen, dass ich Götterspeise aka Wackelpudding verwendet habe. Nicht ins Boxhorn jagen lassen, wenn auf den Verpackungen etwas mit Zucker steht. Bitte genau lesen, denn bei fast allen Herstellern sind die Nährwertangaben für das fertig zubereitete Produkt angegeben. Klar, im Normalfall wird da handelsüblicher Haushaltszucker zugeführt. hier natürlich nicht. Erythrit/Stevia ist hier das Zaubermittel und schon ist der Wackelpudding zuckerfrei.

Viel Spass!

## ZUTATEN

- 4 Bio-Limetten
- 1 Päckchen Götterspeise (ohne Zucker) – Geschmacksrichtung nach Wahl – hier Himbeere
- ca. 400 ml Wasser (abhängig von der Menge an Limettensaft)
- 80 g Erythrit pulverisiert



*Schon mal so einen Wackelpudding gegessen?*



## SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

### SCHRITT 1

Gleich vorab: Natürlich reicht das Fassungsvermögen der Limetten nicht aus, um die vollen 500 ml Wackelpudding aufzunehmen, daher solltest Du gleich schon das ein oder andere Gefäß bereit stellen, das Du für den übrige bleibenden Rest verwenden kannst (das nächste Dessert oder die nächste Hitzeerfrischung wäre damit dann auch gesichert).

### SCHRITT 2

Schneide die Limetten in jeweils 2 Hälften und presse den Limettensaft aus. Schütte diesen dann durch ein Sieb (damit es nachher eine möglichst klare Wackelpuddingflüssigkeit ergibt). Entferne so weit es möglich ist, das restliche Fruchtfleisch und die Stege aus den Limetten, so dass im Idealfall nichts oder nur noch sehr wenig davon in der Limettenschale übrig bleibt.

### SCHRITT 3

Messe die Menge an Limettensaft und gieße die restlich benötigte Menge an Flüssigkeit (siehe Verpackung – meist sind das 500 ml) mit Wasser auf.

### SCHRITT 4

Gib die Flüssigkeit nun zusammen mit dem pulverisierten Erythrit und dem Wackelpuddingpulver in einen kleinen Topf und erhitze alles unter Rühren. Es sollten keine Klümpchen in der Flüssigkeit sein. Bitte nur erhitzen und nicht kochen.

### SCHRITT 5

Jetzt schüttest Du die Wackelpuddingflüssigkeit möglichst unfallfrei in die ausgehöhlten Limettenhälften. Das funktioniert super, wenn man diese vorher in einen Eierkarton platziert hat. Möglichst bis zum Rand voll füllen.

### SCHRITT 6

Jetzt den Eierkarton am besten über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Hat der Wackelpudding nach dieser Zeit seine übliche Konsistenz, kannst Du die Hälfte in Viertel schneiden  
und gekühlt anbieten.

Ein absoluter Hingucker.