

Bevor Sie sich entschließen ein Rezept nachzumachen, seien Sie sich sicher, dass Sie auf keinen der Inhaltsstoffe allergisch reagieren. Wir übernehmen keinerlei Haftung für eventuell auftretende Schäden!

## Vanillesauce (4 Portionen) ohne Chemie

### Zutaten:

500 ml Milch

1 Vanilleschote

4 Eigelb

80 g Zucker oder 90 g Birkenzucker, wer es schlanker mag

20 g Speisestärke

**Optional:** 100 ml Sahne

### Zubereitung:

Vanilleschote auskratzen, Mark und Schote mit Milch (und Sahne, falls verwendet) aufkochen und 10 Min. ziehen lassen, dann die Schote entfernen.

Eigelb, Zucker und Speisestärke verrühren. Heiße Milch langsam einrühren.

Masse zurück in den Topf, bei niedriger Hitze unter Rühren erhitzen, bis sie andickt (nicht kochen!).

Durch ein Sieb gießen, abkühlen lassen oder warm servieren.

**Tipp:** Für glatte Konsistenz im Eisbad rühren. Passt zu Desserts wie Apfelstrudel.

---

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺

---

