

# Panna cotta vegana al tahini nero

Tempo totale **140 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura **120 Min** Tempo di raffreddamento

Valori nutrizionali (per porzione):

**757 kJ / 182 kcal**

Grassi: **5,7 g** Proteine: **6,3 g**

Carboidrati: **24,7 g**

## INGREDIENTI

**4 Porzioni**

Per la crema:

**1** bacca di vaniglia  
**600 ml** di latte di soia  
**50 g** di zucchero di canna (o 4 cucchiai di sciroppo d'acero)  
**2 cucchiai** di tahini nero (da barattolo)  
**1,5** di agar-agar (vedi consiglio)  
**cucchiaino** consiglio

Per lo sciroppo:

**4 cucchiai** di sciroppo d'acero  
**2 cucchiai** [Salsa di Soia Tamari a Fermentazione Naturale Senza Glutine Kikkoman](#)  
**2 cucchiaini** di semi di sesamo nero

## PREPARAZIONE

**Passaggio 1**

**1** bacca di vaniglia - **600 ml** di latte di soia - **50 g** di zucchero di canna (o 4 cucchiai di sciroppo d'acero) - **2 cucchiai** di tahini nero (da barattolo) - **1,5 cucchiaino** di agar-agar (vedi consiglio) Tagliare la bacca di vaniglia per il lungo e raschiare i semi con un coltello piccolo e affilato. Mescolare il latte di soia con la bacca di vaniglia, i semi, lo zucchero, il tahini nero e l'agar-agar e portare a ebollizione in un pentolino. Rimuovere la bacca di vaniglia, lasciare intiepidire leggermente, distribuire in quattro bicchieri da dessert e raffreddare in frigorifero per almeno 2 ore.

**Passaggio 2**

**4 cucchiai** di sciroppo d'acero - **2 cucchiai** [Salsa di Soia Tamari a Fermentazione Naturale Senza Glutine Kikkoman](#)

Mescolare lo sciroppo d'acero con la Salsa di Soia Tamari Senza Glutine Kikkoman e scaldare leggermente se necessario.

**Passaggio 3**

**2 cucchiaini** di semi di sesamo nero Tostare i semi di sesamo in un piccolo tegame antiaderente. Guarnire il dessert con i semi e servire insieme allo sciroppo.