

Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

2 Blätter	Gelatine
150 g	Früchte (nach Saison)
3	Eiklar
2 EL	Zitronensaft
250 g	Vanillezucker

Mein persönlicher Tipp

Auf dieselbe Weise können Sie Beeren- und Fruchtparfaits jeglicher Art zubereiten.



Petra Eder

Seminarbäuerin im Bezirk Krems

Fruchtparfait



Foto: VrK/Franz Gleiß - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Die Gelatine in kaltem Wasser einige Minuten einweichen. Früchte säubern und mit dem Mixstab fein mixen.
- Eiklar und Zucker mit dem Mixer einige Minuten lang zu Schnee schlagen.
- Zitronensaft erwärmen, die gut ausgepresste Gelatine darin schmelzen und unter das Fruchtpüree rühren. Dann die Fruchtmasse unter den Schnee mischen.
- Das Schlagobers mit Vanillezucker cremig schlagen und die Fruchtmasse vor dem Stocken unter das Schlagobers rühren. In eine gekühlte Terrinenform oder Gläser füllen und tiefkühlen.
- Vor dem Anrichten mit frischen Früchten garnieren.