



**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 3 Stk. Eiklar
- 1 Prise Salz
- Zitronensaft
- Zucker
- 250 g Beeren
- 250 g Topfen
- Vanille

**Mein persönlicher Tipp**

Eiklar lässt sich toll einfrieren, einfach in ein Gefäß füllen und mit Datum und Anzahl beschriften. Tiefgekühltes Eiklar hält ca. 10 Monate und kann nach dem Auftauen (am besten im Kühlschrank) wie frisches Eiklar verwendet werden.



**Bettina Dietinger**  
Seminarbäuerin im Bezirk Steyr

**Quellen:**



Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Kursunterlage Smart gekocht*

## Luftiger Beeren-Hexenschäum



Foto: Tobias Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o Eiklar mit einer Prise Salz, einigen Tropfen Zitronensaft und etwas Zucker fest ausschlagen.
- o Die tiefgekühlten Beeren mit dem Mixstab oder im Mixbecher pürieren.
- o Topfen und Vanille in die Beerenmasse rühren.
- o Nach Geschmack süßen und zuletzt den Eischnee unterziehen.
- o In Gläser füllen und sofort servieren.
- o Dieses erfrischend leichte Dessert soll sofort gegessen werden, denn mit der Zeit setzt sich die Fruchtmasse ab.
- o Ein Blitz-Rezept zur Eiklarverwertung, das ein Stück Kindheit und Sommer wie damals zaubert – einfach köstlich, dieses Oma-Rezept.