

Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 3 Stk. Eier
- 100 g Feinkristallzucker
- 500 ml Schlagobers
- 100 g gehackte Kürbiskerne
- 40 g geriebene Schokolade
- 100 g Kochschokolade
- 100 g Butter

Mein persönlicher Tipp

Das Kürbiskernparfait schmeckt auch sehr gut mit Sahnehäubchen und Kürbiskernkrokant garniert.



Anita Winkler

Seminarbäuerin und Kräuterpädagogin aus der Südsteiermark

Kürbiskernparfait mit Schokosauce



Foto: VrK/Alexander Stiegler - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Parfait:

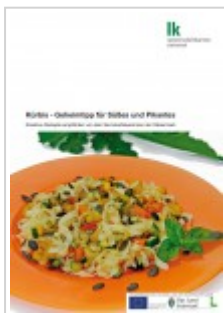
- Eier mit Zucker über Dunst schaumig schlagen und im kalten Wasserbaditerrühren, bis die Masse kalt ist.
- Schlagobers steif schlagen.
- Die Kürbiskerne in heißer, leicht geölter Pfanne rösten, bis sie braun sind.
- Alle Zutaten vorsichtig zusammen mischen.
- Die Masse in eine Form füllen und in der Gefriertruhe durchfrieren lassen.
- Parfait aus der Form stürzen, portionieren und auf tiefgekühlten Tellern und mit heißer Schokoladesauce verzieren.

Schokosauce:

- Für die Schokosauce Butter und Schokostücke im Wasserbad erhitzen und gut durchrühren.



Quellen:



Seminarbäuerinnen Steiermark:
Kürbis - Geheimtipp für Süßes und Pikantes

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

SEMINAR
BAUER
INNEN

lk Landwirtschaftlichen
Gütermarken



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

 Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

 **LE 14-20**
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

