

REZEPT



APFELSCHAUMKALTSCHALE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 4 Portionen | 35 Min. | plus Kühlzeit

Zutaten

- 500 g säuerliche Äpfel
- 125 ml Weißwein
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Zimtstange
- 50 g SweetFamily Feiner Zucker
- 2 EL Speisestärke
- 250 ml Apfelsaft
- 1 Eiweiß



_1099

ZUBEREITUNG

173

Kcal

1

Gramm

34

Gramm

1

Gramm

pro Portion ca.

Eiweiß

Kohlenhydrate

Fett

1. Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Mit 375 ml Wasser, Wein, Zitronensaft, einem Stück dünn abgeschälter Zitronenschale, Zimtstange und 25 g SweetFamily Zucker zum Kochen bringen. 3-4 Minuten köcheln lassen, bis die Äpfel weich sind.

2. Äpfel aus dem Sud heben, Zitronenschale und Zimtstange entfernen. Speisestärke mit Apfelsaft verrühren und mit dem Sud aufkochen lassen. Eiweiß steif schlagen, restlichen SweetFamily Zucker einrieseln lassen. Zur Kaltschale geben, kurz aufkochen lassen, dabei Eischnee gründlich unterrühren. Durch ein Sieb über die Apfelspalten gießen und kalt stellen.

Obst: Apfel

Inspirationen

