

Rezept

Eton Mess mit Ofenfrüchten

Ein Rezept von Eton Mess mit Ofenfrüchten, am 28.06.2026

Zutaten

1 Eiweiß (L)	1 Prise feines Meersalz
65 g feinsten Zucker	1/2 TL frisch gepresster Zitronensaft oder milder, heller Essig
optional: rosa Lebensmittelfarbe (z. B. von Sugarflair)	3-4 violette Pflaumen
2-3 EL Vanillezucker	4-6 Aprikosen
200 g Schmand oder Crème fraîche	400 g Sahne
	Spritzbeutel mit großer Sterntülle

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4-6 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Den Backofen auf 100° vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen. Das Eiweiß und Salz in eine große, fettfreie Schüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgeräts oder der Küchenmaschine steif schlagen. Beginnt das Eiweiß fest zu werden, Zucker langsam einrieseln lassen, dann den Zitronensaft oder Essig dazugeben. Weiterschlagen, bis sich richtig steife Spitzen bilden (mind. 5 Min.), dann noch die Lebensmittelfarbe (sparsam dosieren) unterrühren.
2. Den Baiser in den Spritzbeutel füllen und mit ein wenig Abstand kleine Tupfen auf das Blech spritzen. Im Ofen (Mitte, Umluft 80°) ca. 1 ½ Std. backen, dann den Ofen ausschalten und die Meringue darin auskühlen lassen – so sind sie vollständig durchgetrocknet und lassen sich leicht vom Papier ablösen. Meringue bis zur Verwendung (auch mehrere Tage) in einem luftdicht verschlossenen Behälter aufbewahren.
3. Dann Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Die Pflaumen und Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und in Achtel schneiden. Jede Fruchtart in eine separate Auflaufform geben, jeweils mit ca. 1 EL Vanillezucker bestreuen. Im Ofen (Mitte) in 20-30 Min. weich garen. Je nach Vorliebe (separat) pürieren oder stückig lassen und kalt stellen.
4. Sahne und Schmand oder Crème fraîche in einer Schüssel mit den Quirlen des Handrührgeräts oder der Küchenmaschine zuerst verrühren, dann nicht ganz steif aufschlagen. Abwechselnd Früchte, Sahne, grob zerbröselte Meringue, Sahne, Früchte, ... in dekorative Gläser einschichten und mit einem besonders schönen Meringuetupfen abschließen. Sofort genießen.