

Rezept

Gefüllte Orangen

Ein Rezept von Gefüllte Orangen, am 09.06.2026

Zutaten

5 Saft-Orangen	4 EL Zucker
3 Blatt weiße Gelatine	4 Eigelb
1 Prise Salz	200 g Kuvertüre
400 g Sahne	Minzeblättchen

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal

Zubereitung

1. Die Orangen heiß waschen und abtrocknen. Von 1 Orange die Schale hauchdünn abschälen und in feine Streifen schneiden. Mit 2 EL Zucker und 6 EL Wasser in einem kleinen Topf bei geringer Hitze kochen lassen, bis die Flüssigkeit vollständig verdampft ist. Die Orangenschale in einem Sieb ausbreiten und trocknen lassen.
2. Inzwischen von der geschälten Orange die weiße Haut mit einem sehr scharfen Messer entfernen, das Fruchtfleisch grob würfeln. Von den verbliebenen Orangen jeweils einen kleinen Deckel abschneiden. Das Fruchtfleisch mit einem Grapefruitlöffel oder mit dem Messer herauslösen und ebenfalls grob würfeln. Das gesamte Orangenfruchtfleisch mit einem Stabmixer fein pürieren, durch ein Sieb streichen, mit dem restlichen Zucker in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze zu einem Sirup einkochen (das müssen etwa 4 EL sein), kurz abkühlen lassen.
3. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eigelbe mit dem Orangensirup und Salz in einer kleinen Metallschüssel über einem heißen Wasserbad in etwa 5 Min. dickschaumig schlagen – entweder mit einem Schneebesen oder mit den Quirlen des Handrührgeräts. Die Schüssel vom Wasserbad nehmen, die Gelatine gut ausdrücken und in dem warmen Eischaum schmelzen lassen.
4. Die Kuvertüre fein hacken, ebenfalls in eine kleine Metallschüssel geben und über dem Wasserbad schmelzen. Die Kuvertüre unter den Eischaum rühren. Kurz abkühlen lassen, bis die Creme beginnt, fester zu werden. Dann die Sahne steif schlagen und unter die Schaummasse heben. Die Orangencreme in die ausgehöhlten Orangen füllen und im Kühlschrank in etwa 3 Std. fest werden lassen. Mit den kandierten Orangenschalen und nach Belieben den Minzeblättchen garnieren und servieren.