Rezept

Himbeerparfait mit Holunderblütenaroma

Ein Rezept von Himbeerparfait mit Holunderblütenaroma, am 07.07.2025

Zutaten

- **500 g** Himbeeren
- **100 g** Zucker
- **500 g** Sahne
- **3 EL** Holunderblütensirup
- **4** Eigelb (Größe M)
- **1 Handvoll** Himbeeren zum Garnieren (nach Belieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Tk-geeignete Form mit Deckel (ca. 1 L Inhalt), 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Die Himbeeren verlesen und eventuell vorsichtig waschen. 200 g Beeren in Stücke schneiden und beiseitestellen. Den Rest mit dem Sirup aufkochen und bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 5 Min. köcheln lassen, bis die Beeren zerfallen. Pürieren, durch ein feines Sieb streichen und wieder in den Topf geben. Bei mittlerer Hitze weitere 3 Min. offen einkochen und anschließend abkühlen lassen.

2. Den Zucker mit 50 ml Wasser aufkochen und unter Rühren ca. 3 Min. sprudelnd einkochen, dann den Topf von der Herdplatte ziehen. Die Eigelbe mit den Schneebesen des Handrührgeräts schaumig schlagen. Den heißen Sirup nach und nach dazugießen, dabei mit dem Handrührgerät weiterschlagen, bis die Masse dicklich-cremig und fast kalt ist – das kann durchaus 15 Min. dauern.

3. Die Sahne steif schlagen. Das abgekühlte Beerenpüree vorsichtig unter die Eigelbmasse ziehen, dann Sahne und Himbeerstücke unterheben. Die Mischung in die Form geben, die Form verschließen und das Parfait im Tiefkühlfach ca. 8 Std. durchfrieren lassen. Das Parfait vor dem Servieren aus der Form stürzen, leicht antauen lassen und in Scheiben schneiden. Nach Belieben mit Himbeeren garnieren.