

Rezept

Pavlova mit Rhabarber und Waldmeisterschmand

Ein Rezept von Pavlova mit Rhabarber und Waldmeisterschmand, am 31.05.2023

Zutaten

Für das Kompott

- 20 Stängel** Waldmeister
- 1 Stück** Ingwer (ca. 20 g)
- 350 g** junger roter Rhabarber
- 1** reife Mango
- 1** großer Granatapfel (oder 2 kleine)
- 100 g** Rohrohrzucker (z. B. Muscovadozucker)
- 1 EL** Speisestärke

Für die Pavlovas

- 4** Eiweiß
- 1 EL** Zitronensaft
- 1 EL** Speisestärke
- Salz
- 200 g** Zucker

Für den Schmand

- 250 g** Sahne
- 100 ml** Waldmeistersirup
- 200 g** Schmand

Rezeptinfos

Portionsgröße 6 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal

Zubereitung

- 1.** Für das Kompott den Waldmeister waschen und trocken schütteln, zu zwei Bündeln binden und kopfüber ca. 8 Std. antrocknen bzw. welken lassen.
- 2.** Für die Pavlovas den Backofen auf 190° vorheizen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz und dem Zitronensaft mit den Quirlen des Handrührgeräts sehr steif schlagen, dabei nach und nach den Zucker unterrühren. So lange rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat und eine glänzende Masse entstanden ist. Die Speisestärke darübersieben und unterheben.
- 3.** Die Masse mit einem Esslöffel in 6 Portionen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, dabei rund formen und in der Mitte eine kleine Mulde eindrücken. Die Backofentemperatur auf 100° reduzieren und die Pavlovas im Ofen (unten) ca. 1 Std. 40 Min. backen. Dann die Backofentür einen Spalt öffnen, den Ofen ausschalten und die Pavlovas langsam abkühlen lassen.
- 4.** Währenddessen den Granatapfel halbieren und den Saft auf einer großen Zitruspresse auspressen. Den Ingwer schälen und fein reiben. Granatapfelsaft, Ingwer, Zucker und den welken Waldmeister in einem Topf aufkochen. Den Sud beiseitestellen und ca. 30 Min. ziehen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, dabei den Waldmeister kräftig ausdrücken.

5. Inzwischen den Rhabarber putzen, abbrausen und mit Schale in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden. Den Rhabarber in den Granataapfelsud geben und zugedeckt ca. 5 Min. dünsten. Die Speisestärke mit 3 EL kaltem Wasser verrühren, zum Kompott geben und dieses unter Rühren aufkochen, dann im kalten Wasserbad abkühlen lassen.

6. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein und in kleine Würfel schneiden. Die Mango unter das abgekühlte Kompott mischen.

7. Für den Schmand die Sahne steif schlagen. Den Schmand mit dem Sirup verrühren und die Sahne unterheben. Die Pavlovas mit dem Rhabarberkompott und dem Waldmeisterschmand anrichten.