Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Typisch französische Mini-Savarins

Ein Rezept von Typisch französische Mini-Savarins, am 08.10.2026

Zutaten

2	Eier
75 g	Zucker
2 TL	abgeriebene unbehandelte Orangenschale
2 TL	Backpulver
2	geh. EL Blütenhonig
10	Minzeblättchen
	1-2 EL Zitronensaft
100 g	fettarmer Joghurt
30 ml	Sonnenblumenöl
125 g	Mehl (Type 405)
100 ml	frisch gepresster Orangensaft
2 EL	Orangenlikör (nach Belieben)
500 g	blaue und grüne Weintrauben
	Fett und Mehl für die Förmchen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 10 FÖRMCHEN VON 8 CM Ø | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Förmchen einfetten, mit Mehl bestäuben. Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen.

2. Eier, Joghurt, Zucker, Öl und 1 TL Schale verrühren. Mehl und Backpulver mischen und unterrühren. Zwei Drittel Teig in die Förmchen füllen und im Backofen (Mitte) 15 Min. backen.

3. Orangensaft und 1 EL Honig aufkochen und 2 Min. sprudelnd kochen lassen. Nach Belieben Orangenlikör unterrühren. Savarins auf ein Kuchengitter stürzen und auf eine Platte legen. Mit einem Holzstäbchen mehrmals einstechen, mit Sirup beträufeln.

4. Minze in Streifen schneiden. Trauben waschen, halbieren, entkernen. Restlichen Honig mit Zitronensaft und übriger Schale verrühren, mit Trauben mischen und extra zu den Savarins servieren.