Rezept

Zitronenparfait in der Frucht

Ein Rezept von Zitronenparfait in der Frucht, am 12.10.2024

Zutaten

7	Bio-Zitronen
	Salz
225 g	Sahne
2 Stängel	Zitronenverbene
2	Eier (Größe M)
1 ½ EL	Zucker
6 EL	Zitronensirup

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Portionen (ca. 450 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Die Zitronen heiß waschen und abtrocknen. Von einer Zitrone die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die restlichen Zitronen längs halbieren und das Fruchtfleisch mit einem scharfen Messer sorgfältig herauslösen, sodass nur noch die weiße Haut an der gelben Schale bleibt. Das Fruchtfleisch anderweitig verwenden (z. B. für Zitronensirup oder Lemon Curd). Die ausgelösten Zitronenhälften in das Tiefkühlfach legen.

2. Die Eier trennen. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz und dem Zucker steif schlagen. Die Sahne ebenfalls steif schlagen. Geschlagene Sahne und Eischnee zugedeckt kalt stellen. Die Eigelbe mit dem Zitronensirup, der Zitronenschale und dem Zitronensaft in einer Schüssel mit den Quirlen des Handrührgeräts aufschlagen. Den Eischnee und die Sahne unter die Eigelbmischung ziehen.

3. Die Zitronenverbene waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Unter die Parfaitmasse heben. Die Zitronenmasse in die vorgefrorenen Zitronenhälften füllen und im Tiefkühlfach ca. 3 Std. gefrieren lassen. Kurz vor dem Servieren aus dem Tiefkühlfach nehmen und ca. 10 Min. antauen lassen. Die gefüllten Zitronenhälften mit einem scharfen Messer, das in heißes Wasser getaucht wurde, längs halbieren. Das Parfait sofort servieren, jeder bekommt 3 Zitronenviertel.