

Michael Kempf

Freitag, 12 April 2013

**Nachtsch: Beeren-Kaltschale mit Sauerrahmeis und Sonnenblumen-Krokant,
Rezept für 4 Personen**

Zutaten

Für das Sauerrahmeis

375 g saure Sahne
100 g Puderzucker
Saft von 3 Limetten
1 EL (ca. 13 g) Milchpulver (Babyabteilung)

Für die Kaltschale

1 EL Tapiokaperlen
80 g brauner Zucker
300 ml Johannisbeersaft
300 ml Kirschsafft
6 grüne Aniskörner
4 tasmanische Pfefferkörner
Mark von 1 Vanilleschote
Saft und Schale von 1/2 Zitrone
je 100 g Erdbeeren, Heidelbeeren und Himbeeren
1 Zweig Minze
1 Zweig Melisse



Für den Krokant

2 EL Sonnenblumenkerne
1 EL Puderzucker 1 Prise Meersalz

Zubereitung:

Für das Sauerrahmeis

Die saure Sahne, Puderzucker, Limettensaft und Milchpulver gut verrühren. In einer Eismaschine geben und zu einem cremigen Sorbet verarbeiten. Alternativ, die Masse in eine gefriergeeignete Schale geben und mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht einfrieren. Dabei gelegentlich umrühren, damit eine cremige Konsistenz entsteht.

Für die Kaltschale

Tapiokaperlen ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Zucker in einem Topf hell karamellisieren lassen. Mit Johannisbeer- und Kirschsafft ablöschen. Anis und Pfeffer fein mörsern. Mit dem Vanillemark unter die beiden Säfte rühren. Alles um die Hälfte einkochen lassen. Tapiokaperlen abgießen, zur Suppe geben und weich garen. Mit der Zitronensaft und -schale abschmecken. Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Himbeeren und Heidelbeeren verlesen, vorsichtig waschen und abtropfen lassen. Beeren zur Kaltschale geben und kühl stellen.

Für den Krokant

Die Sonnenblumenkerne ohne Fett in einer Pfanne goldgelb rösten. Puderzucker und Meersalz dabei nach und nach zugeben und hellbraun karamellisieren lassen. Sonnenblumenkrokant auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen. Minze und Melisse abspülen, trockenschütteln und in sehr feine Streifen schneiden. Unter die abgekühlte Kaltschale. Kaltschale in tiefen Teller anrichten. Jeweils etwas Sorbet als Nocke in der Mitte drapieren und mit etwas Krokant bestreut servieren.

Pro Portion: 454 kcal / 1897 kJ 75 g Kohlenhydrate, 6 g Eiweiß, 13 g Fett