

Honigparfait mit Kirschenkompott


Die Kirschbäume sind verblüht und wir hoffen trotz starkem Frühlingsfrost auf eine Kirschenernte in diesem Jahr. Vielleicht hat es im Tiefkühler oder im Einmachglas noch Kirschen vom letzten Jahr, die bis zur neuen Ernte aufgebraucht werden können. Zusammen mit einem selbstgemachten Honigparfait, was gleichzeitig der Eiweissverwertung dient, kann man Familie und Gäste mit einem ganz speziellen Dessert verwöhnen.



Honigparfait (am Vortag zubereiten)

3 Eiweiss 100g Honig	in eine Schüssel geben und im Wasserbad warm schlagen, wenn es schäumt die Schüssel aus dem Wasserbad nehmen und weiterschlagen (evtl. im Eiswasserbad), bis die Masse abgekühlt ist
2½ dl Rahm	steif schlagen, darunterziehen, in Box oder Förmchen abfüllen und sofort tiefkühlen
Servieren	Box bzw. Förmchen kurz in heisses Wasser tauchen und stürzen, Parfait in Scheiben schneiden und anrichten

Kirschenkompott (frische, eingemachte oder tiefgekühlte Kirschen)

2 dl Wasser 100g Zucker ½ Zitrone Saft ½ Orange Saft ½ Zimtstängel ½ Vanillestängel ausgekratzt od. ½ KL Vanillepaste	alles zusammen aufkochen und 2 Min. kochen	
½ dl Wasser 1 EL Maizena	anrühren und in die nicht kochende Flüssigkeit einrühren	
500g Kirschen entsteint	zugeben, nochmals aufkochen, 3-5 Min. köcheln lassen Vanille- und Zimtstängel entfernen und etwas auskühlen lassen	
1 EL Aceto balsamico	zugeben und lauwarm zum Honigparfait servieren	
Tipp	das Kirschenkompott vorbereiten und kurz vor dem Servieren nochmals erwärmen	