

Joghurt-Parfait mit marinierten Erdbeeren



Zutaten:

für eine Terrine mit ca. 1,5 l:

- 400 g Joghurt
- 250 ml Sahne
- 150 g Sauerrahm
- 3 Eier (Größe M)
- Abrieb und Saft einer Bio-Zitrone
- 120 g Zucker
- 400 g Erdbeeren
- Mark einer Vanillestange
- Je 30 g Pistazien oder Walnüsse
- 50 g Trockenfrüchte nach Wahl, klein geschnitten
- 1 EL Honig
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Etwas Zitronensaft
- 1-2 EL Minz-, Zitronenmelisse- oder Holunderblütensirup



Zubereitung

Die Eier in Eigelbe und Eiweiß trennen. Tipp: Eiweiße anderweitig verwenden oder einfrieren. Von der Bio-Zitrone die Schale mit einer feinen Reibe dünn abreiben und den Saft auspressen.

Nun die Eigelbe mit Zucker mit einem elektrischen Rührgerät 8 Minuten weiß-schaumig schlagen.

In einer Schüssel Sauerrahm, Zitronenabrieb, Zitronensaft, Vanillemark und Joghurt gründlich vermengen. Pistazien und Trockenfrüchte zugeben und kurz rühren. Dann die weiß-schaumig geschlagene Eigelbmasse untermischen. Sahne steif schlagen und unterheben.

Eine Terrinenform mit Frischhaltefolie auslegen und die Parfaitmasse einfüllen. Mit Frischhaltefolie abdecken und für 6-8 Stunden einfrieren.

Die Erdbeeren waschen und den Strunk entfernen. Erdbeeren in mundgerechte Stücke schneiden und in einer Schüssel mit Vanillezucker, Melissensirup, Zitronensaft und Honig marinieren. Erdbeeren zum Parfait reichen.

