

Rezeptidee Juni:

Schokoküchlein mit Himbeeren und Mango-Sorbet

Zutaten für 4 Portionen:

Sorbet

90 g feiner Zucker
70 ml Wasser
15 g Glukosesirup (in der Konditorei erhältlich)
1 große, reife Mango
2 Limetten, Saft
Himbeeren
400 g Himbeeren
1 EL Puderzucker
1 TL Zitronensaft

Küchlein

2 TL weiche Butter und etwas Zucker für die Formen
85 g Schokolade (mind. 70 % Kakao)
85 ml Rapsöl
3 Eier (M)
1 Vanilleschote, Mark
75 g feiner Zucker
2 Prisen Salz
45 g Mehl, Type 550
1 TL Kakaopulver



Und so geht's:

Sorbet: Eis, Zucker, Wasser und Glukosesirup 3 Minuten kochen, abkühlen lassen. Mango schälen, Fruchtfleisch pürieren, durch ein feines Sieb passieren. 40 ml Limettensaft mit 175 ml abgekühltem Sirup und 250 g Mangopüree verrühren. Masse ca. 35 Minuten in einer Eismaschine cremig gefrieren lassen.

Himbeeren: Früchte verlesen, 20 Beeren

beiseite legen. Restliche Himbeeren zusammen mit Puderzucker und Zitronensaft pürieren, evtl. passieren.

Küchlein: Backofen auf 200 °C vorheizen. 4 Soufflé-Formen buttern, leicht zuckern. Über warmem Wasserbad schmelzen, mit Rapsöl verrühren. Eier mit Vanillemark, Zucker und Salz über heißem Wasserbad sehr schaumig aufschlagen (ca. 5 Minuten). Schüssel vom Wasserbad nehmen, Rapsöl-Schokoladen-Masse und Mehl vorsichtig, aber zügig unter die Eimasse ziehen. Teig in Soufflé-Formen verteilen und 7 bis 8 Minuten im Ofen garen. Küchlein anrichten, mit Kakao bestäuben, Himbeermark und Sorbet dazugeben, mit Himbeeren dekorieren.

Tipp: Das Sorbet kann alternativ in einer Metallschüssel, die in den Gefrierschrank gestellt wird, zubereitet werden. Dann die Masse alle 10 bis 15 Minuten mit einem Schneebesen kräftig durchrühren. Man kann das Sorbet auch ohne Glukosesirup herstellen – allerdings wird es dann beim Gefrieren nicht so cremig.

Copyright: UFOP

Pressekontakt: WPR COMMUNICATION GmbH & Co. KG • Anja Gründer
Kollwitzstraße 7 • 53639 Königswinter
Tel.: 02244-92490 • Fax: 02244-924949 • E-Mail: gruender@wpr-communication.de



Union zur Förderung
von Öl- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.
Claire-Waldoff-Straße 7
10117 Berlin
Telefon 030/31 90 4-2 02
Telefax 030/31 90 4-4 85
E-Mail info@ufop.de
www.ufop.de

INFORMATION
Union zur Förderung von Öl- und Proteinpflanzen e. V.