

„Meli und die gute Küche“

Rezept Nr 18: „Parmesan – Creme - Brulee“



für 4 Personen

Zutaten: 200 ml Weißwein
250 ml Sahne
150 gr. Parmesan
150 gr. Creme Fraiche
2 Eier
Salz und Pfeffer

200 ml Weißwein auf 1/3 einreduzieren lassen. Die 250 ml Sahne zusammen mit dem Parmesan sowie Salz und Pfeffer aufkochen. Das Creme Fraiche mit den 2 Eiern verquirlen und unterrühren. Die entstandene Masse in ovale, flache Creme Brulee Schälchen füllen und auf einem mit Wasser gefüllten Backblech bei 185 Grad ca. 8 bis 10 Minuten garen lassen.

Nach Geschmack mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und servieren.

Wer möchte, kann zum Schluss die Creme Brulee mit einem kräftigen Bergkäse bestreuen und mit einem Haushaltsbunsenbrenner gratinieren.

Sehr gut zu diesem Gericht passt ein leckerer, bunter Frühlingsalat!

Guten Appetit!

...und danach etwas Training im



MEDI FITNESS