Fruchtsalat in der Ananas

Dessert » Obst-Salate

Zutaten (4 Personen)

» 2 kl. Ananas
» 3 Sharon
» 3 EL Rum
» 1 Prise Kardamom
» 30g Pinienkerne
» 2 Eiweiß
» 100g Puderzucker

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Beide Ananas der Länge nach halbieren und vorsichtig das Fruchtfleisch mit einem kleinen Messer herauslösen. Evtl. dazu einen Esslöffel zu Hilfe nehmen. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden.

2. Die Sharon schälen und in Spalten teilen. Die Ananas- und Sharonfruchtstücke mischen, mit Rum, Kardamom und Pinienkernen vermengen. Etwa 30min zugedeckt ziehen lassen.

3. Den Fruchtsalat in die ausgehöhlten Ananashälften füllen. Das sauber getrennte Eiweiß in eine fettfreie Rührschüssel geben und mit den Schneebesen des Handrührgerätes leicht anschlagen. Dabei nach und nach den gesiebten Puderzucker einrieseln lassen. So lange schlagen, bis die Masse sehr steif und glänzend geworden ist und beim Herausnehmen der Rührstäbe Spitzen zieht. Die Baisermasse in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und jeweils eine Haube auf die Früchte spritzen.

4. Unter dem Backofengrill so lange überbacken, bis die Baisermasse an den Spitzen leicht gebräunt ist. Jede Ananashälfte auf einen Dessertteller setzen und nach Belieben mit etwas Puderzucker bestäuben. Noch warm servieren.

Nährwerte: 280kcal/E5g/F4g/KH46g pro Portion

angelegt am: 21.07.2004 Rezept-Nr: 1176

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke