



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Weißes Honig-Schokoladenparfait mit Rhabarber

- 80 g GEFRO Honig Wald & Blüte
- 100 g Zucker
- 160 g weiße Kuvertüre
- 5 Eigelb, Kl. M
- 500 ml Schlagsahne
- 500 g Rhabarber
- 1 EL Limettensaft, frisch gepresst
- 1 EL Speisestärke
- Ca. 20 Himbeeren
- 4 Zweige Zitronenmelisse

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Weißes Honig-Schokoladenparfait mit Rhabarber

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 50 Minuten

Nährwerte pro Portion:

24,7 g Fett	35,5 g Kohlenhydrate	6,2 g Eiweiß	4,5 g Ballaststoffe	392 kcal
-------------	----------------------	--------------	---------------------	----------

Brennwert

Weißes Honig-Schokoladenparfait mit Rhabarber: 40 g GEFRO Honig Wald und Blüte mit 40 g Zucker und 60 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen. In eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit 160 g weiße Kuvertüre fein hacken, in eine Metallschüssel geben und im warmen Wasserbad bei geringer Temperatur schmelzen. Dabei darauf achten, dass die Kuvertüre nicht mit Wasser oder Wasserdampf in Berührung kommt.

5 Eigelb und den abgekühlten Honig-Zuckersirup in eine Metallschüssel geben und im Wasserbad bei mittlerer Temperatur schaumig aufschlagen. Die Schüssel in ein kaltes Wasserbad setzen und die Eiermasse unter gelegentlichem Schlagen abkühlen lassen.

500 ml Sahne aufschlagen und dabei darauf achten, dass die Sahne nicht zu steif wird. Die geschmolzene Kuvertüre unter die Eiermasse rühren und die geschlagene Sahne locker unterheben. Eine längliche Form mit Klarsichtfolie auskleiden und die Parfaitmasse hineingeben. In den Tiefkühler stellen und mindestens 6 - 8 Stunden gefrieren lassen.

500 g Rhabarber putzen und in etwa 4 cm große Stücke schneiden. Mit 1 EL frisch gepresstem Limettensaft, 40 g GEFRO Honig Wald und Blüte, 60 g Zucker sowie 100 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen. Bei mittlerer Temperatur etwa 4 Minuten dünsten. Die Stärke mit 2 EL Wasser glattrühren. Den Rhabarber nochmals aufkochen und die Flüssigkeit mit der Stärke binden. In eine Schale umleeren und abkühlen lassen.

Das Parfait aus dem Kühlfach nehmen. 4 Scheiben, à ca. 100 g, herunterschneiden (das übrige Parfait wieder einfrieren) und mit dem Rhabarber auf Tellern verteilen. Mit der Melisse und den Himbeeren garnieren.