

Île flottante mit Caramelsauce



Rezept für 4 Personen



Vegetarisch, Glutenfrei

Zubereitung

Zutaten Crème Anglaise

- 300 ml Vollmilch
- 1 Stück Vanillestange (ausgekratzt)
- 3 Eigelb
- 40g Zucker

Für den Eischnee:

- 3 Eier (nur das Eiweiss)
- 3 EL Feinkristallzucker
- 3 EL gehobelte Mandeln, leicht geröstet

Zutaten Caramelsauce

- 1/2 Tasse Feinkristallzucker
- 4 EL Wasser

Zubereitung Crème Anglaise

Die Milch und die Vanille (inkl. ausgekratzter Stange) in einem kleinen Topf erwärmen, aber nicht kochen. Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. Die Vanillestange entfernen und die Eigelbmasse zur Milch geben. Die Crememasse leicht erwärmen und unter ständigem Rühren eindicken. Die Creme in eine Schüssel füllen und zudecken und im Eisbad abkühlen lassen (im Winter natürlich geht's auch auf dem Balkon)

Wer die schnelle Variante möchte, kann natürlich auch zur Vanillecrème aus der Dose oder zum Anrühren greifen.

Die ausgekühlte Crème in Gläser abfüllen und in den Kühlschrank stellen.

Das Eiweiss in einer sauberen, fettfreien Schüssel steif schlagen. Nach und nach den Feinkristallzucker hinzufügen, bis der Eischnee feste Spitzen bildet und den Sturzttest besteht. Den Eischnee mit einem Esslöffel auf die Vanillecrème geben.

Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten. Regelmässig umrühren, um ein anbrennen zu verhindern. Die Île flottante mit den Mandelblättchen garnieren.

Zubereitung Caramelsauce

Den Zucker und das Wasser in einem kleinen Topf vermengen. Bei mittlerer Hitze erhitzen, bis der Zucker schmilzt und eine goldbraune Karamelfarbe annimmt. Dabei nicht umrühren, nur gelegentlich den Topf schwenken. Die Caramelsauce vom Herd nehmen und abkühlen lassen.