

HIMBEER-BAISER-SCHNEEGESTÖBER



Für 8 Personen | Vorbereitung: 15 Min.
Zubereitung: 1 Std. 40 Min. + Abkühlzeit

Kalium pro Portion: **95 mg**
Energiegehalt pro Portion: **432 kcal**

ZUTATEN

- 100 g Puderzucker
- Eiweiß von 2 großen Eiern
- 2 TL frische Minze, gehackt; plus 8 Blätter zur Dekoration
- 220 g Himbeeren (Konserven), abgewaschen und abgetropft
- 1 TL in Sirup eingelegter Ingwer, fein gehackt und abgetropft
- 568 ml Crème double

Tipps zur Abwechslung: Anstelle der Himbeeren aus dem Glas schmecken auch Ananas oder Mandarinen, und anstelle der Minze ein Teelöffel Orangenaroma. Beides ist kaliumarm und gibt der traditionellen Kombination aus Beeren und Sahne einen Frischekick. Denken Sie daran, das Obst bei Ihrer empfohlenen Tageszufuhr zu berücksichtigen.

HIMBEER-BAISER-SCHNEEGESTÖBER

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 110 °C vorheizen.
2. Ein Backblech mit Backpapier oder einer Antihaft-Backmatte auslegen.
3. Eier trennen und Eiweiß in eine große Schüssel geben. Langsam schlagen, bis das Eiweiß schaumig wird und beginnt, steife Spitzen zu bilden (ca. 5 Minuten).
4. Langsam teelöffelweise den Puderzucker zugeben. Mit hoher Geschwindigkeit weiter schlagen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
5. Mit einem Dessertlöffel jeweils einen Klecks der Baisermischung auf das bedeckte Backblech geben, sodass 12–14 einzelne Baisers entstehen.
6. Backblech auf mittlerer Höhe in den Ofen schieben und 1 Stunde und 40 Minuten backen. Die Baisers sollen außen knusprig und in der Mitte weich sein. Nach der Backzeit die Baisers aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.
7. Während der Backzeit die Himbeeren in ein Sieb geben und vorsichtig Wasser darüberlaufen lassen. Abtropfen lassen.
8. Himbeeren in eine Rührschüssel geben und mit einer Gabel grob zerdrücken.
9. Gehackte Minze und Ingwerstücke dazugeben. Umrühren, bis die Zutaten gleichmäßig vermischt sind.
10. Die abgekühlten Baisers in jeweils etwa 3–4 Stücke zerbrechen und in eine große Rührschüssel geben.
11. Kurz vor dem Servieren die Sahne schlagen. Etwa 2–3 Min. lang schlagen, bis sich eine weiche Creme gebildet hat. Beim Schlagen soll eine sichtbare Spur in der Creme zurückbleiben.
12. Himbeerpüree behutsam in die Creme geben und unterheben.
13. Unmittelbar vor dem Servieren die Himbeercreme zu den zerbrochenen Baisers geben. Vermengen, sodass die Baisers bedeckt sind. Wenn Sie die Creme zu früh auf die Baisers geben, zerfallen die Baisers, und das Dessert verliert seinen „Biss“.



GUT ZU WISSEN

- Gebackene Baisers lassen sich 2 Wochen in einem luftdichten Behälter aufbewahren oder im Gefrierbeutel einfrieren. Eine tolle Grundlage, um ein beeindruckendes Dessert für unerwartete Gäste zu zaubern!
- Wenn Sie Diabetes haben oder auf Ihr Gewicht achten, können Sie den Zucker durch einen geeigneten granulatförmigen Zuckerersatzstoff ersetzen.