

Blaubeer-Mascarpone-Parfait

Zutaten für 4 Personen:

125 ml Milch
1 Vanilleschote
3 Eigelb (M)
70 g Zucker
20 g Zartbitter-Schokotäfelchen
300 g wilde Blaubeeren aus Kanada (aus dem Glas, ersatzweise tiefgefroren)
250 g Mascarpone
2 TL gehackte Pistazien
Minze zum Garnieren



Zubereitung:

1. Milch in einen Topf geben. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanilleschote- und -mark zur Milch geben und aufkochen. Eigelb mit Zucker in einer Schüssel verrühren. Im heißen Wasserbad mit einem Schneebesen schaumig schlagen. Milch durchsieben und unter Rühren zur Eigelbmasse geben. Solangeiterrühren, bis die Masse leicht dicklich ist. Creme etwas abkühlen lassen.
2. Schokotäfelchen in Stücke brechen. 250 g Blaubeeren pürieren. Mascarpone cremig rühren, esslöffelweise unter die Eigelbcreme rühren. Blaubeerpüree, die übrigen Blaubeeren (einige zum Garnieren abnehmen) und die Schokolade unterziehen. Die Masse in eine rechteckige Form oder eine Schüssel geben und ca. 3-4 Stunden einfrieren.
3. Rand des Parfaits mit einem Messer lösen und das Parfait stürzen. Parfait in Stücke schneiden, mit den übrigen Blaubeeren, den Pistazien und Minzblättchen garniert servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten + Kühl- und Gefrierzeit

Nährwertangaben pro Portion ca.:

Energie: 482 kcal / 2001 kJ
Protein: 7,8 g
Fett: 33,4 g
Kohlenhydrate: 37 g

Wild Blueberry Association of North America
Ansprechpartner: mk² gmbh, Maria G. Kraus, Oxfordstraße 24,
D-53111 Bonn, fon: 0228/943 787 – 0,
fax: 0228/ 943 787 – 7, e-mail: info@wildeblaubeeren.de
Fotonachweis: Wilde Blaubeeren aus Kanada
Abdruck honorarfrei
Zwei Belegexemplare erbeten

