



Flummery



Zutaten

Für die Himbeersoße:

150 g	frische Himbeeren oder Himbeeren, TK
50 g	Zucker
1/2 EL	Zitronensaft

Für den Flummery:

375 ml	Milch
70 g	Zucker
60 g	Dinkelgrieß
2	Eigelbe
6 Blatt	Gelatine
250 ml	Sahne

Für die Deko:

3 Blätter	Minze
1 EL	Mandeln, gehackt
	Himbeersoße

Sonstiges:

Sieb oder Flotte Lotte (Passiermühle)
Frischhaltefolie

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 35 Min. + 4 Std. Kühlzeit

pro Portion: 2029 kJ, 485 kcal, 51,7 g Kohlenhydrate, 10,7 g Eiweiß, 27,2 g Fett, 181 mg Cholesterin, 3,01 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:

Zubereitung

Jetzt wird's very british und glamourös. Genieße deine Teatime wie bei Bridgerton und erlebe königlichen Genuss: Flummery at its best! Das ist eine Art Grießpudding, für den du Milch, Zucker und Dinkelgrieß aufkochst, Gelatine und Eigelb dazu gibst und alles gut abkühlen lässt. Zum Schluss schlägst du noch Sahne unter und füllst die süße Masse in kleine Schälchen, um sie mindesten 4 Stunden ruhen und auskühlen zu lassen. Eine selbstgemachte Himbeersoße in Kombination mit fein gehackten Mandeln ist die perfekte Krönung dieser köstlichen Süßspeise.

Step 1:

Als erstes kochst du die Himbeersoße, dafür die TK-Himbeeren mit Zucker und Zitronensaft in einem kleinen Topf aufkochen und anschließend bei mittlerer Temperatur 5-10 Minuten köcheln. Anschließend die Soße durch ein feines Sieb passieren oder Flotte Lotte benutzen und bis zum Servieren im Kühlschrank lagern. Die Soße hält sich im Kühlschrank etwa eine Woche.

Step 2:

Als nächstes kochst du für den Flummery die Milch zusammen mit dem Zucker und dem Dinkelgrieß für 5 Minuten unter ständigem Rühren. Nun die Gelatine in kaltes Wasser geben und nach Packungsanleitung einweichen. Die 2 Eigelbe unter den heißen Flummery rühren und anschließend die Gelatine gut ausdrücken und ebenfalls unter den Flummery rühren.

Step 3:

Jetzt lässt du den Flummery vollständig auskühlen und rührst dann noch die Sahne unter. Schälchen oder Tassen mit Frischhaltefolie auslegen. Die Flummery-Masse in Schälchen oder Tassen füllen und im Kühlschrank mindestens 4 Stunden (am besten über Nacht) auskühlen lassen.

Step 4:

Die Flummery-Törtchen auf einen Teller stürzen und mit Himbeersoße, Minze und gehackten Mandeln dekorieren und servieren.