



Apfelkücherl im Kokos-Thymianmantel auf Zabaione mit roter Grapefruit

Zutaten (für vier Portionen)

3 Äpfel (z.B. Royal Gala)
Saft von 1 Zitrone
2 EL Mehl zum Mehlieren
200 ml Milch
3 EL Mehl
2 Eier
1 EL Kokosflocken
1 EL gerebelter Thymian
750 ml Öl zum Frittieren

2 Eigelbe
125 ml Apfelsaft
2 EL Zucker
Mark einer Vanilleschote

Filets von 1 roten Grapefruit

Garnitur:

Orangen- und Zitronenzesten von je 1 unbehandelten Frucht
2 Vanillestangen
4 Minzkrönchen

Zubereitung (circa 20 Minuten)

Drei Esslöffel Mehl mit Milch, zwei Eigelb, gerebeltem Thymian und Kokosflocken gut verrühren. Zwei Eiweiße steif schlagen, mit unterheben. Öl zum Ausbacken auf circa 175 Grad erhitzen.

Das Kernhaus von Äpfeln ausstechen, schälen, in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden, mit Zitronensaft bepinseln und mehlieren. Mit einer Gabel die Apfelscheiben aufspießen, durch den vorbereiteten Teig ziehen, etwas abtropfen lassen, in heißem Öl goldgelb ausbacken, auf Küchenkrepp abtupfen.

Für die Zabaione die Eigelb mit Zucker über heißem Wasserbad schaumig aufschlagen, etwas Apfelsaft und Mark einer Vanilleschote einrühren. Als Spiegel in tiefem Teller anrichten, Apfelkücherl daraufsetzen, außen mit Orangen- und Zitronenzesten bestreuen. Zum Schluß mit den Grapefruitfilets, den halbierten Vanillestangen und mit Minzkrönchen garnieren.

Nährwerte pro Portion

698 kcal - 48 g Fett - 11 g Eiweiß - 59 g Kohlenhydrate - 5 BE