



Buttermilch-Plinsen mit Gewürzmandarinen

Zutaten (für vier Portionen):

Plinsen

250 g Mehl
500 ml Buttermilch
3 Eier
50 g Zucker
1 TL Natron
Butter oder Öl zum Ausbacken
Salz

Gewürzmandarinen

8 Mandarinen
80 g Zucker
120 ml frisch gepresster Mandarinsaft
200 ml Mandarinsaft (100%)
1 Vanilleschote
3 Stück Sternanis
2 Nelken
6-7 Kardamomkapseln
1 Stück Ingwer
1 TL Speisestärke

Optional

200 g Schlagsahne, geschlagen
1 Bund Minze

Zubereitung (circa eine Stunde):

Für den Teig Mehl, Eier, eine Prise Salz, Zucker und Natron in eine große Schüssel geben und kurz vermengen. Dann die Buttermilch eingießen, den Teig glattrühren und quellen lassen.

In der Zwischenzeit vier Mandarinen schälen und das Albedo (die weiße Zwischenschicht zwischen Schale und Fruchtfleisch), sorgfältig entfernen, nachdem man die geschälten Mandarinen wenige Minuten in warmes Wasser gelegt hat. Die übrigen Mandarinen für den Saft auspressen.

Den Zucker gleichmäßig in einem kleinen Topf verteilen und bei mittlerer Hitze langsam zu hellem Karamell schmelzen lassen. Mandarinenabrieb, Sternanis, Nelken und Kardamomkapseln in den Topf geben. Eine Vanilleschote auskratzen, das Mark und die Schote hinzufügen. Ein Stück Ingwer schälen und hineinreiben. Sobald der Zucker flüssig und bernsteinfarben ist, mit dem Mandarinsaft ablöschen. Dabei gut rühren, bis sich das Karamell vollständig gelöst hat. Zusätzlich mit weiterem Mandarinsaft (100%) auffüllen. Bei milder Hitze etwa fünf Minuten offen köcheln lassen.



Die Speisestärke mit einem Esslöffel kaltem Saft oder Wasser anrühren und in die heiße Flüssigkeit geben. Kurz aufkochen lassen, bis der Sud leicht bindet. Die vorbereiteten Mandarinen in eine hitzebeständige Schüssel oder Auflaufform geben und mit dem warmen Sud übergießen. Die Gewürzmandarinen können nach etwa zehn Minuten Ruhezeit noch warm weiterverwendet werden. Besonders gut schmecken sie, wenn sie im Sud sogar über Nacht ziehen.

Aus dem Teig werden nun in Öl oder Butter nach und nach die Plinsen in einer Pfanne ausgebacken. Die Plinsen auf einem Teller anrichten, je eine Mandarine mit etwas Sud dazu geben. Wahlweise mit geschlagener Sahne und einem Minzblatt garnieren, sofort servieren.

Nährwerte pro Portion:

714,5 kcal – 24 g Fett – 21 g Eiweiß – 105 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch.