



Kaiserschmarrn mit Blitz-Apfelkompott

Zutaten (für zwei Portionen)

80 g Mehl, gesiebt (am besten Dinkelmehl)
125 ml Milch
2 Eigelb
1 MSP Salz
2 Eiweiß
1 EL Zucker
40 g Rosinen, in Rum eingelegt
50 g Butter
20 g Mandelstifte, geröstet
50 g Puderzucker
2 Äpfel, bspw. Boskop
80 g braunen Zucker
100 ml Weißwein (für die alkoholfreie Variante: Apfelsaft)
1 Zimtstange
1 Zitrone
2 cl Apfelbranntwein (für die alkoholfreie Variante: ohne Apfelbranntwein)

Zubereitung (circa 30 Minuten)

Für den Teig das gesiebte Mehl mit Milch, Eigelb und Salz in einer Schüssel glattrühren. In einer zweiten Schüssel das Eiweiß mit 1 EL Zucker steif schlagen und vorsichtig unterziehen. Etwas Butter in die Pfanne geben und den Teig einfüllen. Kurz angehen lassen und dann die Rosinen und die angerösteten Mandelstifte einstreuen. Bei 180 Grad mit Grillfunktion im Backofen soufflieren, das macht den Teig luftig. Anschließend das Ganze mit zwei Gabeln zerrupfen und mit reichlich Puderzucker und Butter karamellisieren. Für das Blitzapfelmus die geschälten Äpfel mit braunem Zucker, Weißwein und Zimtstange aufsetzen und köcheln lassen. Sobald die Äpfel weich sind, diese mit einem Mixstab pürieren. Je nach Gusto mit Zitrone und Apfelbranntwein verfeinern.

Nährwerte pro Portion

987 kcal – 34 g Fett – 14,2 g Eiweiß – 131,5 g Kohlenhydrate
Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch.