

## Sahneeis – Parfait glacés

Beispiel: Schokoladenparfait

Zutaten für etwa 6 Portionen

**1** 2 Eigelbe  
1 Ei (M)  
2 El Flüssigkeit  
z.B. Milch oder Saft  
20 g Zucker

**2** Aromaten:  
100 g Kuvertüre  
dunkel oder hell  
**oder Nüsse, Fruchtmarmelade,  
Gewürze etc.**

**3** 10 g Spirituosen z.B. Rum  
300 g Sahne



Zutaten in einem Kessel verrühren und auf über einem heißen Wasserbad so lange hell-cremig aufschlagen, bis die Spuren vom Schneebesen gut erkennbar sind. Vom Herd nehmen.



Schmelzen, zugeben und unterrühren.  
Masse etwas abkühlen lassen.  
Evtl. kurz in ein kaltes Wasserbad stellen.



Sahne schlagen und unter die Masse heben.

**4** Form(en) mit Klarsichtfolie auslegen, Sahneismasse einfüllen und einige Stunden ins Gefrierfach stellen.

### Einfluss von Zucker und Alkohol auf die Konsistenz

mehr – Konsistenz ist weicher

weniger – Konsistenz ist härter

**Zucker und Alkohol senken den Gefrierpunkt**

## Fruchtparfait

300 g Früchte, z.B. Erdbeeren, Pfirsiche, Aprikosen ...  
100 bis 120 g Zucker  
(abhängig vom Zuckergehalt der Früchte)  
50 g Sirup z.B. Holunderblütensirup  
30 g Zitronensaft  
500 g Sahne

### Zubereitung:

1. Früchte waschen, putzen, evtl. in Stücke schneiden.  
Mit Zucker, Sirup und Zitronensaft vermischen.  
Einige Minuten ziehen lassen und anschließend daraus ein Fruchtmark herstellen.  
Fruchtmark evtl. passieren, z.B. wenn Himbeeren verwendet werden.
2. Sahne steif schlagen.
3. Fruchtmark vorsichtig unter die geschlagene Sahne heben.
4. Form(en) mit Klarsichtfolie auslegen, Sahneemasse einfüllen und einige Stunden ins Gefrierfach stellen.