swissmilk

Süssmost-Pudding mit caramelisierten Apfelringen

Zutaten

Zubereitung: ca. 40 Minuten
Fest werden lassen: ca. 4 Stunden

Für 6 Personen

Süssmost-Pudding:
1 EL Maisstärke
5 dl Süssmost
80 g Zucker
1 Ei
1 Eigelb
6 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingeweicht
½ Zitrone, Saft
2 dl Vollrahm, steif geschlagen
1 Eiweiss, steif geschlagen

Caramelisierte Apfelringe:
100 g Zucker
2 EL Wasser
1 dl Süssmost
4 kleinere Äpfel, z.?B. Cox Orange, geschält, Kerngehäuse mit Apfelausstecher entfernt, in 5 mm dicke Ringe geschnitten

Zubereitung

1. Pudding: Maisstärke im Süssmost auflösen. Zucker, Ei und Eigelb beifügen. Unter ständigem Rühren bis vors Kochen bringen, von der Platte ziehen. Gut ausgedrückte Gelatine und Zitronensaft unter Rühren beifügen, auflösen. Crème in eine Schüssel giessen, unter gelegentlichem Rühren auskühlen lassen. Im Kühlschrank leicht ansulzen lassen. Rahm und Eischnee sorgfältig darunterziehen.

2. Pudding in Schälchen verteilen. Zugedeckt im Kühlschrank 3-4 Stunden fest werden lassen.

3. Apfelringe: Zucker mit Wasser in einer weiten Pfanne aufkochen. Köcheln, bis der Zucker haselnussbraun caramelisiert. Mit Süssmost ablöschen, Pfanne sofort zudecken. Köcheln, bis sich das Caramel gelöst hat.

4. Apfelringe portionenweise im Caramelsirup knapp weich köcheln, herausnehmen. Flüssigkeit sirupartig einköcheln, über die Äpfel giessen.

5. Je 1-2 Apfelringe mit etwas Sirup auf dem Pudding anrichten. Restliche Apfelringe und Sirup dazu servieren.

Puddings lassen sich am Vortag, die Äpfel ½ Tag im Voraus zubereiten. Beides zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 362 kcal, 5g Eiweiss, 14g Fett, 45g Kohlenhydrate.