



Melonen-Himbeer-Gratin

ZUTATEN

 Für 4 Personen

1 Melone (Cavaillon)

250 g Himbeeren

1 dl Portwein rot

1 Esslöffel Zucker gehäuft, (1)

1 Vanilleschote aufgeschnitten

1/2 Stangen Zimt

1 Ei

1 Esslöffel Zucker (2)

1 dl Rahm

NÄHRWERT

Pro Portion

222 kKalorien

928 kJoule

22g Kohlenhydrate

4g Eiweiss

10g Fett

Erschienen in

06 | 2009, S. 77

ZUBEREITUNG

- 1** Die Melone halbieren und Kerne sowie schwammiges Fleisch herauskratzen. Die Melonenhälften in dicke Schnitze schneiden, diese aus der Schale lösen und in dünne Scheibchen schneiden.
- 2** Himbeeren wenn nötig erlesen. Portwein, Zucker (1), Vanilleschote sowie Zimt in eine kleine Pfanne geben und sirupartig einkochen lassen. Auskühlen lassen. Vor dem Servieren den Backofen auf 250 Grad vorheizen. 4 Portionen-Gratinformen oder eine grosse Form ausbutteren.
- 3** Die Melonenscheiben in die vorbereiteten Formen einschichten. Gut die Hälfte der Himbeeren dazwischensetzen. Ei und Zucker (2) zu einer hellen Creme aufschlagen. Den Sirup dazugiessen. Den Rahm steif schlagen und unterziehen. Die Creme über die Früchte geben. Den Melonen-Himbeer-Gratin sofort im 250 Grad heissen Ofen im oberen Drittel überbacken, bis sich kleine braune Flecken bilden (5–8 Minuten). Mit den restlichen Himbeeren garnieren und sofort servieren.