

Aprikosen-Jogurt-Glace



© le menu

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 45 Minuten

GEFRIEREN: über Nacht

Für 7–8 Stück

7–8 Stängelglace-Formen von je 1 dl

Inhalt

Holz- oder Kunststoffstäbchen

Aprikosen-Masse

350 g entsteinte reife Aprikosen, gewürfelt

150 g Zucker

1 EL Zitronensaft

200 g Rahmjogurt

1 dl Vollrahm, steif geschlagen

Garnitur

2 Beutel weisse Kuchenglasur, ca. 250 g,

nach Anleitung auf dem Beutel

geschmolzen

2–3 EL ungesalzene Pistazien und

Dörraprikosen, fein gehackt, nach

Belieben

NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 418 , Fett 23g , Kohlenhydrate 50g , Eiweiss 3g

www.lemenu.ch

ZUBEREITUNG

1 Aprikosen-Masse: Aprikosen mit Zucker und Zitronensaft aufkochen, offen zu einem weichen Mus kochen, fein pürieren, auskühlen lassen.

2 Das Aprikosenpüree mit dem Jogurt glatt rühren, Schlagrahm darunterziehen und in die Formen verteilen. Ca. 1 Stunde gefrieren. Je ein Stäbchen einstecken und die Glaces über Nacht gefrieren lassen.

3 Vor dem Servieren kaltes Wasser über die Formen fließen lassen, Stängelglaces sorgfältig herausziehen und schräg in die Kuchenglasur tauchen, nach Belieben sofort mit Pistazien und Dörraprikosen bestreuen, kurz fest werden lassen und geniessen oder bis zum Servieren tiefkühlen.

Tipp

– Nach Belieben einige Safranfäden mit den Aprikosen kochen.

– Zum Aufbewahren die Stängelglaces auf ein vorgekühltes und mit Klarsichtfolie oder Backpapier belegtes Blech legen, zugedeckt tiefkühlen.