



Kürbiskernparfait:

1 Form von 1l Fassungsvermögen

4 Dotter

2 Eiweiß

50 g Honig

50 g Ahornsirup

Saft von 1/4 Orange

Prise Salz

280 g Obers

80 g gemahlene Kürbiskerne

einige Tropfen Kürbiskernöl

Dotter und Eiweiß mit dem Honig, Ahornsirup, Orangensaft und Salz über Dampf warm schlagen- kalt schalgen- halbfest geschlagenes Obers, Kürbiskerne und Öl vorsichtig unterrühren- in Formen füllen und gefrieren.