

Frankreich *erleben*

Marseille

Die Renaissance einer Metropole



ALPEN

Auf Napoleons Spuren

Normandie

Die Reize der Blumenküste

KORSIKA

Wandern am Cap Corse

Vichy Ein Kurort mit wechselvoller Geschichte
Politik François Hollande im absoluten Stimmungstief
Atlantik In Rochefort werden Träume wahr

www.frankreicherleben.de

Deutschland 5,90 €
Österreich 6,50 €
Schweiz 9,60 CHF
Frankreich & Benelux 7,00 €
Italien 7,00 €



« Ile flottante, wörtlich übersetzt «schwimmende Insel», ist ein großer Klassiker unter den französischen Desserts. In vielen französischen Restaurants steht es auf der Speisekarte. Manche sagen dazu auch Œufs à la neige (Eischnee). Ursprünglich handelte es sich um Eischnee, der mit einer Crème anglaise und auf einer in Likör getränkten Brioche serviert wurde. Im Laufe der Zeit fiel die Brioche weg, was das Ganze leichter verdaulich macht. Mich begeistert neben dem Geschmack das Aussehen dieses Desserts. Beim Anfertigen der Karamellhauben sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. »

Ile flottante

Für 4 Personen • Vorbereitungszeit: 20 min



Zutaten

Für die Crème anglaise:

- 500 ml Milch
- 65 g Zucker
- 1 Vanillestange (alternativ: 1 Packung Vanillezucker)
- 4 Eigelb

Für den Eischnee:

- 4 Eiweiß
- 40 g Zucker
- Salz

Für die Karamellhaube:

- 75 g Zucker

Zubereitung

Crème anglaise:

- Vanillestange längs aufschneiden und die Samen herauskratzen. Anschließend die Schote und die Samen in die Milch geben und diese in einem Topf kurz aufkochen lassen. Alternativ zur Vanillestange lässt sich auch Vanillezucker verwenden.
- Währenddessen das Eigelb der Eier vom Eiweiß trennen. Das

Eigelb und den Zucker in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen schlagen, bis das Eigelb heller wird. Anschließend langsam die erhitzte Milch unter ständigem Rühren dazugießen.

- Die Masse in einen Topf umfüllen und bei schwacher Hitze erwärmen. Dabei alles mit einem Holzlöffel gleichmäßig umrühren, bis die Sauce leicht andickt. Wenn der weiße Schaum von der Oberfläche verschwindet oder wenn die Crème leicht am Löffel kleben bleibt, kann die Sauce vom Herd genommen werden. Anschließend alles durch ein Sieb gießen, abkühlen lassen und in den Kühlschrank stellen.

Eischnee:

- Ein wenig Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Währenddessen eine Prise Salz zum Eiweiß geben und das Eiweiß zu Eischnee schlagen. Anschließend den Zucker hinzugeben und weitere fünf Minuten kräftig schlagen.
- Mit Hilfe von zwei Esslöffeln kleine Eischneehaufen bilden und ins siedende Wasser legen. Darauf achten, dass sie sich im Wasser nicht berühren. Nach 45 Sekunden den Eischnee mit einem Schaumlöffel

aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und zur Seite legen.

Karamellhaube:

- In einem Topf bei mittlerer Hitze den Zucker ohne Zutun von Wasser karamellisieren lassen.
- Anschließend mit einem Esslöffel eine Portion herausnehmen und auf einer umgekehrten Kelle ein Muster nach Wahl gießen. Da die Kelle kalt ist, wird die Flüssigkeit alsbald erstarren. Anschließend die Kelle umdrehen und die Karamellhaube vorsichtig von der Kelle lösen.
- Die kalte Crème anglaise in vier Dessertschalen gießen. Anschließend die Eischneehaufen gleichmäßig auf die vier Portionen verteilen. Zum Schluss die Karamellhaube darauf dekorieren. Das Dessert kann serviert werden.

Tipp

- Anstelle der Karamellhaube kann man auch zerleinerte Pralinen, in Stücke geschnittene Mandeln oder Streifen von Limonenschalen verwenden.

