



# Honigparfait im Haselnusskrokantmantel und rosa Grapefruit mit Minze

- **Portionen:** 5
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '5', 'yield' : '' });
```

Eine tolle Kombination Honigparfait und fruchtige Grapefruit in knusprigen Haselnusskrokantmantel

## Zutaten

- Für das Parfait:
  - 6 Eigelbe
  - 80 g Biohoney
  - 100 ml Milch
  - 300 ml geschlagene Sahne
  - 1 Prise Salz
  - 200 g Haselnusskrokant aus dem Supermarkt
- Für den Grapefruitsalat:
  - 6 Minze - Blättchen in feinen Streifen
  - 3 rosa Grapefruits
  - 4 Cl Limoncello / ital. Zitronenlikör
  - 1 El Zucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

### Schritt2

Das Honigparfait:

### Schritt3

Zunächst die Eigelbe mit 1 Prise Salz und dem Honig auf einem heißen Wasserbad cremig aufschlagen; die Eigelbe gut "ausgaren"; dabei 8 - 10 min. Zeit nehmen.

#### **Schritt4**

Etwas auskühlen lassen und die Pastetenform mit Klarsichtfolie auslegen.

#### **Schritt5**

(Geht natürlich auch in Portionsförmchen, ersatzweise Kaffeetassen)

#### **Schritt6**

Die geschlagene Sahne in 2 Schritten unterheben und in Pastetenformen oder als Portionsförmchen abfüllen.

#### **Schritt7**

Wenigstens 5 - 6 Stunden ins Tiefkühlfach stellen, gut durchfrieren.

#### **Schritt8**

Der rosa Grapefruitsalat mit Minze:

#### **Schritt9**

Die Grapefruits großzügig schälen und zwischen den weißen Häutchen die Filets mit einem scharfen Messer heraus schneiden. Den abtropfenden Saft dabei auffangen, die Reste auspressen.

#### **Schritt10**

Saft, Zucker und Limoncello einmal kurz aufkochen und die Minzeblättchen "ausziehen", abkühlen lassen.

#### **Schritt11**

Danach mit den Filets mengen, marinieren.

#### **Schritt12**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt13**

Das gut durchgefrorene Parfait aus der Folie nehmen oder Stürzen und in dem ausgestreuten Haselnusskrokant wälzen.

#### **Schritt14**

Gleichmäßig verteilen, etwas andrücken und erst jetzt in Scheiben schneiden.

#### **Schritt15**

Anrichten und den Grapefruitsalat drum herum verteilen.

#### **Schritt16**

5 - 10 min. stehen lassen, etwas "antauen" lassen, den ein Parfait entwickelt erst dann seinen

unvergleichlich leckeren Schmelz.

## **Schritt17**

**Rezeptart:** Eisparfaits **Tags:** fruchtig

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/honigparfait-im-haselnusskrokantmantel-und-rosa-grapefruit-mit-minze/>