

Kardamom - Honig - Parfait mit Ingwer und Zimt

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Voller fernöstlicher Aromen, einfach toll

Zutaten

- 4 Mandarinen oder Clementinen, geschält, in den natürlichen Segmenten
- 20 g frische geriebener Ingwer
- 1 Tl Zimt
- Mark von 1 Vanilleschote
- 1 Tl Orangenabrieb
- 150 ml Orangensaft
- 8 -10 noch grüne Kardamomkapseln, grob gehackt, zerkleinert
- 75 g Puderzucker
- 4 El Limetten - oder Zitronensaft
- 4 Eigelbe
- 150 g Honig
- 1 Tl Butter
- 275 g geschlagene Sahne
- 1 Tl Zimt
- Mark 1 Vanilleschote
- Etwas Zitronenmelisse zur Garnitur

Zubereitungsart

Schritt1

Den Orangensaft, mit dem Kardamom, 50 g Honig, 3 El Limettensaft und 50 g Zucker sirupartig einkochen lassen, danach durch ein feines Küchensieb passieren.

Schritt2

Die Eigelbe mit dem Orangenabrieb, Limetten - oder Zitronensaft intensiv aufschlagen

(Küchenquirl) und den heißen Zuckersirup einfließen lassen.

Schritt3

3 - 4 min. auf einem heißen Wasserbad weiter aufschlagen, die Eigelbe gut ausgaren.

Schritt4

Abkühlen lassen, den Ingwer verrühren, 200 g geschlagene Sahne in 2 Schritten locker unterheben, und in Portions - Förmchen abfüllen.

Schritt5

(Geht auch mit leeren Joghurtbechern)

Schritt6

Mindesten 5 - 6 Stunden einfrieren, besser am Vortag erledigen.

Schritt7

Anrichtevorschlag:

Schritt8

Vor dem Anrichten zeitig heraus nehmen, stürzen, etwas antauen lassen.

Schritt9

Die Butter mit dem Vanillemark, dem Zimt und dem restlichen Honig in einer Stielpfanne erhitzen, die Mandarinspalten kurz durch schwenken; um die Portionen verteilen, darüber ein Melisseblättchen, sofort zu Tisch geben.

Rezeptart: Eisparfaits **Tags:** ingwer, zimt

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/kardamom-honig-parfait-mit-ingwer-und-zimt/>