

Sahniger Zitronen - Gries - Flan mit würzigen Kirschen

- **Küche:**Deutsch
- **Gang:**Dessert
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 5 - 6
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '5 - 6', 'yield' : " } });
```

Ein Flan ist eine im Wasserbad gestockte Eiercreme Masse und Flüssigkeit wie Milch, Sahne, Fruchtsäfte, Brühe oder püriertes Gemüse.

Es gibt zwei Flanarten: „ Die klassische- süße Flans“, sowie die „pikante Flan“.

Süße Flans sind weit verbreitete Nachtische in Portugal, Spanien und Lateinamerika und eines der Spanischen National Gerichte.

Die Herstellungsprozedur dauert allerdings etwas länger. Der Aufwand lohnt sich aber. Eine bekannte Variation der französischen Küche ist die Crème Caramel.

Dabei wird der Zucker mit den Eiern verrührt, bis er sich aufgelöst hat. Mit heißer Milch aufgegossen, aber nicht cremig aufgeschlagen.

In Portionsförmchen, etwa 60 Minuten im heißen Wasserbad (In der Regel im Ofen) gegart.

Das müssen Sie allerdings bei unserem Rezept nicht, denn es soll ein Gries - Flan werden.

Zutaten

- Schale 1 gewaschenen Zitrone
- 300 ml Milch
- 50 g Gries
- 50 g Zucker
- 3 Blatt weiße Gelatine, kalt eingeweicht
- 2 Eigelbe
- 2 Eiweiß, mit 1 Prise Salz steif geschlagen
- 200 ml geschlagene Sahne
- **Für die Würzkirschen:**
- 500 g entkernte Süßkirschen
- 2 CL kaltes Wasser
- 2 EL Zucker
- ½ TL Zimtpulver

- Etwas Zitronenabrieb
- Etwas Speisestärke
- 2 EL, mit etwas Zucker geröstete Mandelblättchen
- Eventuell etwas Kirschwasser nach Geschmack

Zubereitungsart

Schritt1

Der Zitronen - Gries - Flan:

Die Milch mit der Zitronenschale und dem Zucker aufkochen, den Gries einrieseln lassen, 4 - 5 min. leise köcheln lassen, dabei ständig rühren.

Herausnehmen und die gut ausgedrückte Gelatine verrühren - auflösen.

Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen, zuerst das steif geschlagene Eiweiß mit dem Schneebesen unterheben.

Dann folgt die geschlagene Sahne in 2 Schritten.

In eine Puddingform oder in 6 - 7, mit kaltem Wasser ausgespülte Förmchen, füllen.

Im Kühlschrank, mit Klarsichtfolie abgedeckt, gut durchkühlen lassen.

Schritt2

Die Würzkirschen:

Den Zucker goldgelb brennen - karamellisieren und mit etwas Wasser ablöschen, verkochen lassen. Zitronenschale, Zimtpulver dazu geben, dann folgen die vorbereiteten Kirschen.

Deckel drauf, 2 - 3 min. köcheln lassen und mit etwas angerührter Speisestärke „sämig“ binden.

Auskühlen lassen, die Zitronenschale wieder entfernen, eventuell mit etwas Kirschwasser abschmecken.

Schritt3

Die Förmchen ganz kurz in heißes Wasser halten, mit einem kleinen Küchenmesser um den äußeren Rand fahren und stürzen.

Mit den Kirschkompott umlegen und mit gerösteten Mandelblättchen bestreuen.

Rezeptart: Desserts, Sonstiges **Zutaten:**Zitrone

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/zitronen-gries-flan/>