
Typ: Nachspeise

Quelle: Wolfram Siebeck, Die Zeit

Bemerkungen: Die Herstellung von Parfaits ist nicht originell. Außerdem ist sie so einfach, dass ich mich wundere, wie selten in Privathaushalten ein Parfait auf den Tisch kommt.

Zutaten: Für 6 Personen:

5 Eigelbe,
100 g Zucker,
1/2 L süße Sahne,
6 EL Kokosflocken,
6 EL Kokosmilch,
2 TL Zitronensaft

Rezept: Der erste Schritt bei der Herstellung ist einfach, es ist immer derselbe. Erst wenn die Grundmasse aus Eigelb, Zucker und Sahne fertig ist, beginnen die Variationen. Und die sind sehr zahlreich (statt Kokos sind auch Zimt, Schokolade, Karamell und viele andere Sorten möglich).

Die Qualität von Sahne kann unterschiedlich sein. Es gibt ultrahocherhitzte Sahne, die ziemlich scheußlich schmeckt und sich schlecht schlagen lässt, dazu noch fertige Schlagsahne aus der Sprühdose, die vielleicht bei Kindergeburtstagen Spaß machen kann, in der Küche anspruchsvoller Esser aber nichts zu suchen hat. Also nur frische, fettreiche Sahne verwenden!

Auf die Notwendigkeit, auch beim Kauf der Eier auf Qualität zu achten, muss ich wohl nicht extra hinweisen.

Was den Zucker angeht, so ist die Mengenangabe nicht verbindlich. Man sollte berücksichtigen, wer mit am Tisch sitzt: Kinder können es nicht süß genug haben, Erwachsene sind genügsamer. Ich begnüge mich bei 5 Eiern mit 100 Gramm Zucker. Die Eigelbe mit dem Zucker so lange rühren, bis eine glatte, sehr helle, schaumige Masse entsteht. Die Kokosflocken, die kurz vorher in der Kokosmilch eingeweicht wurden, mit 2 TL Zitronensaft mischen. Zu der Eier-Zucker-Masse geben und vermischen. Dann die steif geschlagene Sahne unterheben.

Zum Schluss fülle ich die Masse in eine Porzellanschüssel und stelle sie drei Stunden ins Eisfach des Kühlschranks. Dann ist die Masse halb gefroren, also Parfait geworden.