

Parfait von karamelierten Kürbiskernen

Zutaten:

500 ml Sahne
4 Eier
120 g Kürbiskerne
120 g Zucker
etwas Öl
80 g Zucker
30 ml Kernöl

Zubereitung:

Den Zucker in Pfanne karamellisieren, Kürbiskerne hinzufügen, auf ein befettetes Blech geben und auskühlen lassen.

Eier über Dampf cremig aufschlagen und kalt schlagen.
Gerieben Krokant und geschlagene Sahne darunter heben.
Die Masse in Formen füllen und durchfrieren lassen.

Parfait auf einem großen Teller anrichten. Kapstachelbeeren, Minze und Erdbeeren eignen sich sehr gut für die Deko.

Als Sauce, ein bisschen geschlagene Sahne und Honig kurz in der Mikrowelle aufheizen.