

Limetten-Küchlein mit Avocado-Limetten-Eis

Für zwei Personen

Für das Limetten-Küchlein:

| | | |
|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 Bio-Limette | 3 EL Limettensaft | 2 Eier (Größe M) |
| 125 g Magerquark | 50 ml saure Sahne | 10 g Butter |
| 40 g Mehl | 40 g Zucker | $\frac{1}{4}$ TL Backpulver |
| 15 g flüssiger Blütenhonig | $\frac{1}{4}$ Vanilleschote | 1 Prise Salz |
| 4 EL neutrales Pflanzenöl | | |

Für das Avocado-Limetten-Eis:

| | | |
|-----------------------------|------------------|-------------------|
| $\frac{1}{2}$ reife Avocado | 3 Limetten | 100 ml Kokosmilch |
| 30 ml Wasser | 50 g Kokosraspel | 2 EL Ahornsirup |
| 1 Prise Salz | | |

Für die Garnitur:

| | | |
|-----------|----------------------|-------------|
| 1 Limette | 50 g Mandelblättchen | Puderzucker |
|-----------|----------------------|-------------|

Für die Limetten-Küchlein Limette waschen, trocken reiben, Saft auspressen und Schale abreiben. Mehl mit Backpulver mischen. Ein Ei aufschlagen, das andere Ei trennen. Quark, Butter, Saure Sahne, Zucker, Honig, ein Eigelb, ein ganzes Ei, Limettenschale und fünf Esslöffel Limettensaft verrühren. Vanilleschote halbieren, Mark herauskratzen und ebenfalls zugeben. Eiweiß mit einer Prise Salz zu einem steifen Schnee schlagen. Mehlmischung unter die Quarkmasse rühren, Eischnee unterheben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig in Nocken in die Pfanne geben und die Küchlein zwei bis drei Minuten goldbraun braten. Fertige Küchlein auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Avocado-Limetten-Eis Avocado schälen und Fruchtfleisch in einen Rührbecher geben. Limetten waschen und abtrocknen. Schale abreiben und ebenfalls in den Rührbecher geben. Limetten pressen. Etwa 30 Milliliter Limettensaft, Kokosmilch, Wasser, Kokosraspel, Ahornsirup und eine Prise Salz zur Avocado geben, alles kräftig pürieren und in der Eismaschine zu Eis verarbeiten.

Mandelblättchen ohne Fett in einer Pfanne rösten. Schale einer Limette abreiben.

Limetten-Küchlein mit Nocken von Avocado-Limetten-Eis anrichten, Küchlein mit Puderzucker bestäuben, alles mit Mandelblättchen und Limettenabrieb garnieren und servieren.

Tamara Frey am 04. Mai 2016