

Heidelbeer-Käsekuchen-Parfait



Das Rezept ist leicht abgewandelt nach einem Rezept aus der Sweet Dreams Juli/August/2016, so dass jetzt alle drei Zutaten darin enthalten sind.

Es ist wunderbar cremig (und kalorienreich) ;-) und wirklich schnell gemacht: Kompott kochen, Creme zusammenrühren, Sahne steif schlagen und unterheben, in die Form schichten! Außerdem geht es sehr gut vorzubereiten.

Zutaten

Für das Heidelbeerkompott

- 1 Bio-Zitrone
- 100 g Heidelbeeren (funktioniert auch gut mit TK-Früchten)
- 80 g Zucker

Für die Cheesecake-Masse

- 300 g Frischkäse
- 200 g Schmand
- 60 g Zucker
- 3 TL Vanillezucker
- 1 EL Ahornsirup
- 600 g Sahne

Zubereitung

Heidelbeerkompott:

1. Die Zitrone trocken tupfen und die Schale abreiben. Diese beiseite stellen (wird später noch gebraucht). Den Saft auspressen.
2. Die Heidelbeeren mit Zucker und Zitronensaft in einen Topf geben und alles mit einer Gabel grob zermusen. Auf mittlerer Hitze ca. 10 Minuten einkochen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Cheesecake-Masse:

3. In einer Schüssel Frischkäse, Schmand, Zucker, Vanillezucker, Ahornsirup und Zitronenschale glatt verrühren.
4. Die Sahne steif schlagen und in zwei Portionen vorsichtig unter die Frischkäsecreme heben.

Parfait daraus herstellen:

5. Eine Kastenform (ca. 10 x 30) mit Frischhaltefolie auslegen.
6. Die Hälfte der Cheesecake-Masse in die Form geben, etwas in die Ecken drücken und mit einem Teigspatel glatt streichen. Das Heidelbeerkompott darauf geben und gleichmäßig verteilen. Die restliche Cheesecake-Masse darauf geben und wieder glatt streichen.
7. Mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 6 Stunden (am besten über Nacht) frosten.
8. Etwa zwanzig Minuten vor dem Servieren das Parfait aus der Tiefkühltruhe/ dem Eisfach nehmen. Direkt auf eine Platte stürzen und vorsichtig die Frischhaltefolie abziehen. Dann noch ungefähr zwanzig Minuten das Parfait antauen lassen.

