

Der Ofen ist aus!

Im Sommer darf der Backofen ruhig mal Pause machen.
Diese Köstlichkeiten kommen jedenfalls auch ohne ihn aus.

Mini-Frucht-roulade

Vor- und zubereiten: ca. 50 Min.
Kühl stellen: ca. 3 Std.

Gelee

200 g Nektarinen, in Stücken

100 g Himbeeren

70 g Zucker

1 Esslöffel Zitronensaft

3 Blatt Gelatine, ca. 5 Min.
in kaltem Wasser eingelegt,
abgetropft

2 Esslöffel Zucker

Füllung

40 g Frischkäse
(z. B. Philadelphia Joghurt)

4 Esslöffel Vollrahm

½ Esslöffel Puderzucker

1 Vanillestängel, längs auf-
geschnitten, nur ausgekrazte
Samen

1. Nektarinen, Himbeeren, Zucker und Zitronensaft in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln, bis die Nektarinen weich sind, pürieren, durch ein Sieb zurück in die Pfanne gießen. Bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren ca. 10 Min. köcheln.
2. Gelatine darunterrühren. Zucker auf einen mit Backpapier belegten Blechrücken streuen, Geleemasse darauf ca. 15×25 cm ausstreichen, ca. 2 Std. kühl stellen, bis die Masse fest ist.
3. Für die Füllung alle Zutaten in einen Messbecher geben und steif schlagen.

Füllen: Füllung auf dem Gelee ausstreichen, dabei an einer Längsseite einen Rand von ca. 2 cm frei lassen. Mit einem Spachtel sorgfältig vom Backpapier lösen, von der Längsseite her satt aufrollen, ca. 1 Std. kühl stellen, Rouladenränder gerade schneiden.

Lässt sich vorbereiten: Frucht-roulade ½ Tag im Voraus zubereiten. Zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Pro Stück (1/16): 2 g Fett, 1 g Eiweiss,
8 g Kohlenhydrate, 213 kJ (51 kcal)

