

Kirschen-Crumble

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.
Für 4 Gläser von je ca. 2½ dl

3 dl Milch

1 unbehandelte Zitrone,
½ abgeriebene Schale
und nur 1 Esslöffel Saft,
beiseite gestellt

60 g Hartweizengriess

40 g Zucker

400 g Kirschen, entsteint

½ Esslöffel Puderzucker

1 Esslöffel Cognac

1½ Esslöffel Pfefferminze, fein geschnitten

Streusel

50 g Sablés

2 Esslöffel Rohrzucker

1. Milch mit der Zitronenschale in einer Pfanne aufkochen. Griess einrühren, unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 3 Min. zu einem Brei köcheln. Zucker darunter rühren, in Gläser verteilen, etwas glatt streichen, auskühlen.

2. Restliche Zutaten bis und mit Pfefferminze und dem beiseite gestellten Zitronensaft mischen, auf dem Griess verteilen.

3. Sablés in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen, mit Zucker mischen. In einer beschichteten Bratpfanne goldbraun caramolisieren, auf einem Backpapier auskühlen, über die Kirschen streuen.

Lässt sich vorbereiten:

Kirschen-Crumble ohne Streusel ½ Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Streusel erst vor dem Servieren darüberstreuen.

Pro Person: 15 g Fett, 5 g Eiweiss,
24 g Kohlenhydrate, 1034 kJ (248 kcal)

