

Welfencreme

Zutaten für 6 Portionen:

750 ml Milch 1,5% Fett

2 Hühnereiweiß

45 g Speisestärke

Süßstoff

300ml Weißwein trocken

2 Eigelb

20 g Stärke

Süßstoff



650 ml Milch zum Kochen bringen. 100 ml Milch mit der Speisestärke verrühren und in die kochende Milch geben. Kurz aufkochen und die 2 Eiweiß zu Schnee schlagen, unter den heißen Pudding heben und mit Süßstoff abschmecken. Den Creme auf 6 Dessertschalen verteilen. Den Wein mit Eigelb und Stärke in einen Topf geben und unter ständigem Rühren erhitzen bis die Weinschaumsauce kurz aufkocht. Sofort von der Herdplatte nehmen, mit Süßstoff abschmecken und auf dem weißen Creme verteilen.

Pro Portion:

Energie 163 kcal

Fett 4 g

Kohlenhydrate 16 g

Eiweiß 7 g