

Cremiges Parfait mit knackigen Mandeln



Mit diesem Mandel-Rezept könnt Ihr Eure Gäste und Liebsten mächtig beeindrucken: Unser Mandelparfait mit einem Schuss Amaretto sorgt für eine süße Abkühlung und die kandierten Mandeln sorgen für den perfekten Crunch. Parfait ist das französische Wort für „perfekt“ oder „vollkommen“ – und so bereitet Ihr dieses feine Dessert zu:

Zutaten für Mandelparfait

200 g	ungeschälte Mandeln
200 g	Zucker
4	Eier
1 - 2 TL	Amaretto
1 Prise	Salz
400 g	Sahne

Zubereitung feines Mandelparfait

1. Mandeln hacken und wenige Minuten auf mittlerer Hitze in der Pfanne rösten. Mandelstücke in eine Schüssel geben und beiseitestellen.
2. Pfanne reinigen, dann 100 g Zucker hineingeben. Zucker auf mittlerer Hitze schmelzen lassen (dies kann mehrere Minuten dauern), erst dann vorsichtig umrühren. Jetzt die Mandeln zurück in die Pfanne geben und immer wieder durchrühren. Nach kurzer Zeit Pfanne vom Herd nehmen und die kandierten Mandeln auf einem Backpapier verteilen, abkühlen lassen. 50 g der kandierten Mandeln in einer Dose bis zum Servieren aufheben, die restlichen kandierten Mandeln nochmal kleiner hacken.
3. Eier trennen, Eigelb mit restlichem Zucker und Amaretto cremig rühren. Eiweiß mit Prise Salz steif schlagen. Sahne steif schlagen und beiseitestellen. Eischnee zur Eigelbmasse geben und vorsichtig unterheben. Sahne ebenfalls hinzugeben und unterheben. Gehackte Mandeln zugeben und nochmals unterheben.
4. Kastenform mit Frischhaltefolie auskleiden. Flüssige Parfait-Masse in die Form füllen und glattstreichen. Form mit Frischhaltefolie abdecken und mind. 12 Stunden in den Tiefkühler stellen. Kurz vor dem Servieren Parfait aus der Form auf eine Kuchenplatte stürzen, Folie abziehen und mit den restlichen kandierten Mandeln bestreuen. In Scheiben schneiden und direkt servieren.



TIPPS

- Wer will, kann genauso gut **Walnüsse** statt der Mandeln verwenden
- Versucht es mal anstatt Amaretto mit einem **cremigen Kaffeelikör**. Schmeckt auch fantastisch.
- Wer **keinen Alkohol** verwenden möchte, kann Amaretto perfekt mit Bittermandelöl, Mandelmus, Mandelaroma, alkoholfreiem Amaretto, Mandelsirup oder Marzipan ersetzen.
- **Walnüsse** enthalten **viele Vitamine, gesunde Fette** und haben eine **antioxidative Wirkung**. Damit unterstützen Walnüsse viele Prozesse des Organismus und beugen sogar Krankheiten vor. Typ 2 Diabetes kann vorgebeugt werden, der Cholesterinspiegel wird gesenkt und die Konzentrationsfähigkeit wird gefördert.