

Ananas in Lavendelsalzkruste



Zubereitungszeit

10 Minuten + ca. 30 Minuten braten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien:	100 kcal
Eiweiss:	1 g
Fett:	keine Angaben
Kohlenhydrate:	23 g

Zutaten für 4 Portionen

	Sonnenblumenöl zum Bepinseln
6 EL	Lavendelblüten aus dem Reformhaus
2	Mini-Ananas à ca. 350 g
2 kg	Salz
6	Eiweiss

Zubereitung

1. Backblech mit Backpapier belegen. An 4 Stellen mit Öl bepseln und mit etwas Lavendel bestreuen. Ananas ungeschält halbieren. Mit der Schnittfläche nach unten auf den Lavendel legen. Salz mit dem Eiweiss mischen. Mit einer Kelle ca. 1 Minute rühren, bis die Masse geschmeidig und leicht luftig ist. Nach Belieben restlichen Lavendel daruntermischen.
2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Salzmasse über die Ananas geben und Früchte damit umschliessen. Masse leicht andrücken. In der Ofenmitte ca. 30 Minuten braten.
3. Zum Servieren Backpapier entfernen und Ananas aus der Salzkruste heben. Allfälliges Salz und Lavendel abpinseln und die Ananasschale wegschneiden. Lauwarm servieren. Dazu passen Lavendelsirup und Glace.