

LÄNDLICH

Bliny s kompotom*Blini mit Kompott*

Für 4 Personen

1 dl Milch
3-4 EL Weismehl
1 Ei
1 EL Sauer-Halbrahm
1 EL Zucker
1 Prise Salz
10 g Butter
Bratbutter

KOMPOTT:

250 g Beeren z.B. Heidelbeeren,
tiefgekühlt
40 g Zucker
1 TL Maisstärke
0,5 dl Orangensaft
1/2 Becher Sauer-Halbrahm 90 g

1 Milch, Mehl, Ei, Sauerrahm, Zucker und Salz verrühren. Butter schmelzen und darunter rühren. Teig ca. 15 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

2 Inzwischen für das Kompott Beeren mit Zucker auf kleiner Hitze aufkochen. Maisstärke mit dem Orangensaft mischen und zu den Beeren rühren. Unter Rühren aufkochen. Auskühlen lassen.

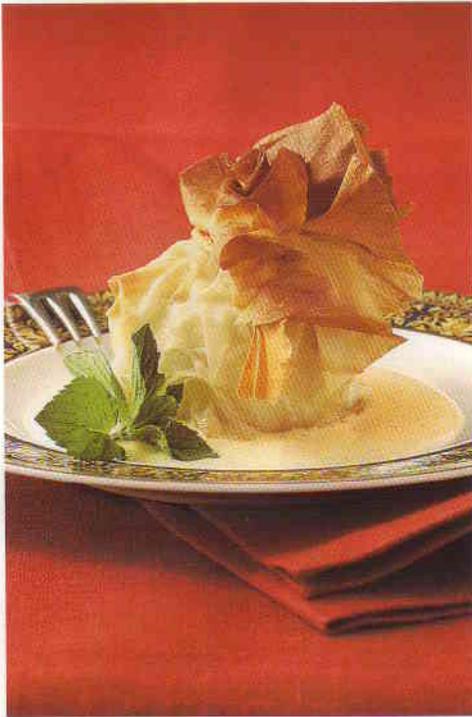
3 In einer beschichteten Bratpfanne wenig Bratbutter erhitzen und den Teig portionenweise zu kleinen, dünnen Pfannkuchen (Blinis) backen. Am Tisch füllt sich jede/r die Pfannkuchen nach Belieben mit Kompott und Sauerrahm.

Oft reicht man in Russland zu diesen Blinis zusätzlich noch Preiselbeerkompott.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
 + ca. 15 Minuten ruhen lassen

Pro Person ca. 5 g Eiweiß,
 15 g Fett, 37 g Kohlenhydrate,
 1250 kJ/300 kcal





EDEL

Jabloki s marzipanom Marzipan-Äpfel im Teig

Für 4 Personen

4 Äpfel *süss*
1 Zitrone
80 g Marzipan
30 g Butter
1 Orange
1 Paket Strudelteig 120 g
Pfefferminze für die Garnitur

SAUCE:

2 Eigelb
100 g Zucker
1 TL Maisstärke
½ Vanilleschote
4 dl Milch

1 Ofen auf 180 °C vorheizen. Äpfel schälen und vom Boden wenig wegschneiden. Das Kerngehäuse ausstechen. Äpfel mit der halbierten Zitrone einreiben. Marzipan vierteln und in Äpfel füllen. 10 g Butter in Flocken über den Marzipan geben.

2 Orange heiss waschen und trocknen. Mit einem Kanneliermesser die Schale rundherum abziehen, so dass eine lange Schnur entsteht. Schnur vierteln. Strudelteig auslegen und je einen Apfel daraufstellen. Teigecken über den Äpfeln mit der Orangenschnur zusammenbinden.

Mit einer Schere den Strudelteig zurückschneiden. Restliche Butter schmelzen, über die Beutel träufeln. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen und in der unteren Ofenhälfte ca. 35 Minuten backen.

3 Für die Sauce Eigelb mit Zucker und Stärke mischen. Vanilleschote aufschneiden, das Mark herauskratzen und mit der Milch aufkochen und unter Rühren zur Eimasse geben. Zurück in die Pfanne giessen und unter ständigem Rühren kurz aufkochen. Absieben.

4 Warme Sauce auf Teller verteilen und Apfelbeutel darauf anrichten. Mit Minze garnieren und sofort servieren.

Anstatt mit «Orangenschnur» kann der Strudelteig auch mit Küchenschnur fixiert werden. Strudelteig erhalten Sie regional in grösseren Migros-Filialen.

Zubereitungszeit ca. 55 Minuten
 Pro Person ca. 11 g Eiweiss,
 22 g Fett, 86 g Kohlenhydrate,
 2450 kJ/590 kcal

