

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, Sauer-
rahm, Zucker und Salz ver-
rühren. Butter schmelzen
und darunter rühren. Teig
ca.15 Minuten zugedeckt ru-
hen lassen.

2 Inzwischen für das Kom-
pott Beeren mit Zucker auf
kleiner Hitze aufkochen.
Maisstärke mit dem Oran-
gensaft mischen und zu den
Beeren rühren. Unter Rühren
aufkochen. Auskühlen lassen.

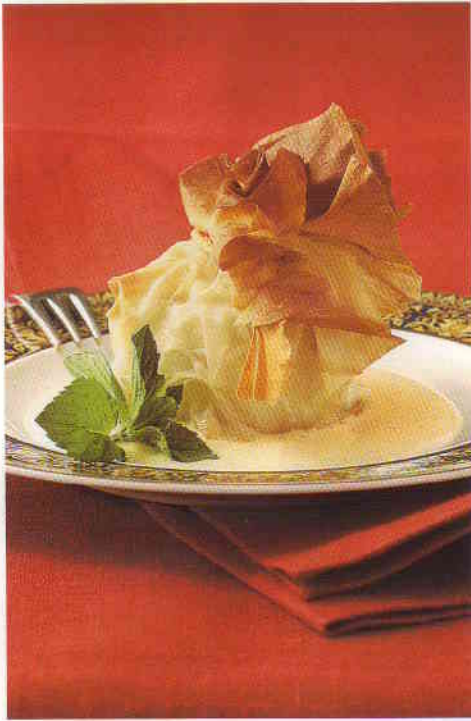
3 In einer beschichteten
Bratpfanne wenig Bratbutter
erhitzen und den Teig por-
tionweise zu kleinen, dün-
nen Pfannkuchen (Blinis)
backen. Am Tisch füllt sich
jede/r die Pfannkuchen nach
Belieben mit Kompott und
Sauerrahm.

**Oft reicht man in Russland zu diesen
Blinis zusätzlich noch Preiselbeer-
kompott.**

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

