

Subject: Mouhalabieh
From: "manu heim" <manu.heim@solaragency.org>
Date: Wed, 23 Mar 2005 09:37:18 +0100
To: "manu heim \(\hispeed\)" <manu.ela@hispeed.ch>

Habe Anfang Januar "Mouhalabieh" als Rezept eingereicht, aber da ich es soeben mal wieder als Dessert zubereitet habe, wollte ich es Euch auch schon jetzt mal veröffentlichen.

Im Grunde ist es ein 2-schichtiges Flammeri aus Milch, Rosenwasser, Honig und Orangensaft, ganz simpel. Habe es vor Jahren irgendwo mal in einer Zeitschrift gefunden und bereite es seitdem des öfteren zu weil es einfach nur lecker schmeckt.

Hier das Rezept für 4 Portionen:

Schicht 1:

1/2 L Orangensaft (ich nehme immer frischgepressten, durch ein Sieb gegossen wg Fruchtfleisch)

1 EL Honig

3 EL Speisestärke

Schicht 2:

1/2 L Milch

1 EL Rosenwasser

2 EL Honig

3 EL Speisestärke

3 EL Speisestärke mit soviel Orangensaft glatt rühren wie nötig, den Rest Orangensaft mit 1 EL Honig aufkochen lassen, die Stärkemischung unterrühren und aufkochen lassen. Die Orangenfruchtmasse in 4 kalt ausgespülte Portionsförmchen geben.

Nun 3 EL Speisestärke mit soviel Milch glatt rühren wie nötig, 1 EL Rosenwasser zufügen. Den Rest Milch mit 2 EL Honig aufkochen lassen, die Stärkemischung unterrühren (wegen dem Rosenwasser nur kurz aufkochen).

In der Zwischenzeit ist die Orangenmasse in den Förmchen schon leicht abgekühlt und hat eine Haut gebildet so dass man nun problemlos die heisse Milchmasse darauf giessen kann.

Im Kühlschrank fest werden lassen.

Wer es mag kann das Dessert nach dem Stürzen noch verzieren, zB mit Orangenzesten und Pistazien.

INGREDIENSER

(4 portioner)

1 l mjölk eller 1 l färskpressad apelsin eller

1 liter jordgubbssaft

3 dl socker

3 msk vetemjöl

3 msk maizena

1 msk rosenvatten

1 limefrukt

200 g mörk choklad

eller 100 g hackade

pistagenötter

Så gör du:

- Blanda mjölk, socker, vetemjöl och maizena i en kastrull tills sockret löser upp sig (det ska vara kallt).
- Koka upp på svag värme, rör om hela tiden annars bränner det fast i botten av kastrullen. När smeten har tjocknat är den klar.
- Gör på samma sätt med apelsin- eller jordgubbssaften.
- Ös upp i glas eller koppar, du kan blanda olika smaker i samma glas.
- Smält chokladen (i mikro eller vattenbad) och doppa limeklyftorna (med skalet kvar) i den smälta chokladen och garnera puddingen.