

## Nektarinen-Himbeeren-Salat mit Blütenkandisrahm



### Zubereitungszeit

20 Minuten + ca. 15 Minuten köcheln +  
auskühlen lassen

### Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 280 kcal

Eiweiss: 2 g

Fett: 9 g

Kohlenhydrate: 46 g

### Zutaten

3 dl Wasser

70 g Zucker

1 TL Blütenkandiszucker

4 Nektarinen

150 g Himbeeren

1 dl Vollrahm

Blütenkandiszucker für die Garnitur

### Zubereitung

1. Wasser, Zucker und ungemahlene Blütenkandiszucker aufkochen und 5 Minuten kochen lassen. Nektarinen halbieren, Stein entfernen. Früchte in grobe Schnitze schneiden. Nektarinen und ca.  $\frac{1}{3}$  der Himbeeren in den Blütensirup geben. Je nach Reife der Nektarinen die Früchte darin bei kleiner Hitze 10–15 Minuten ziehen lassen, bis sie weich sind. Nektarinen aus dem Sirup heben und auskühlen lassen. Den Sirup absieben und wieder darüber giessen.
2. Zum Servieren restliche Himbeeren zu den Nektarinen geben. Den Salat samt Sirup anrichten. Rahm steif schlagen. Mit Blütenkandiszucker aus der Mühle grosszügig süssen. Fruchtssalat mit dem Rahm servieren. Nochmals etwas Blütenkandiszucker darüber mahlen.