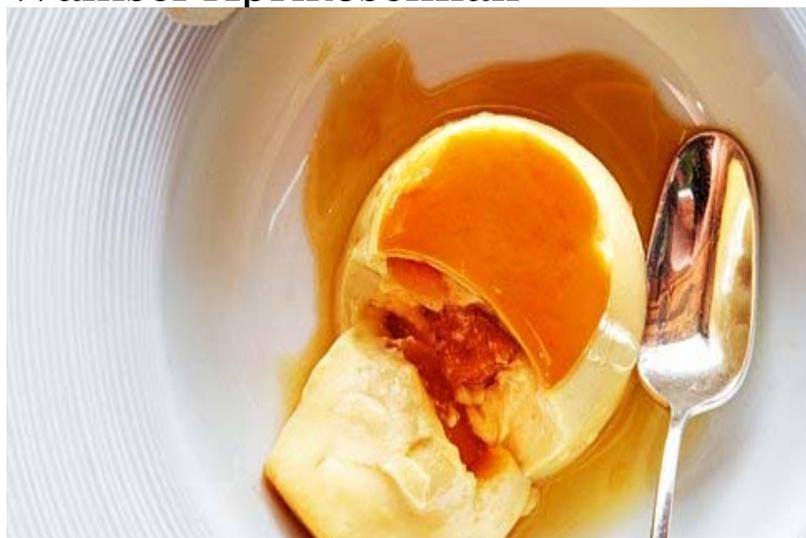


Walliser Aprikosenflan



Zubereitungszeit

20 Minuten + ca. 30 Minuten pochieren + 2-3 Stunden kühl stellen + 1 Stunde temperieren

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 230 kcal

Eiweiss: 7 g

Fett: 7 g

Kohlenhydrate: 32 g

Tipps zu diesem Rezept

- Dazu passt Schlagrahm.

Zutaten für 4 Portionen

4	Timbaleförmchen à ca. 1,75 dl
100 g	Zucker
1 EL	Wasser
2	Aprikosen
1 TL	Puderzucker
1 EL	Aprikosenbrand, z. B. Abricotine
2	Eier
1	Eigelb
2.5 dl	Milch

Zubereitung

1. 2 Blätter Haushaltspapier auf den Boden einer Gratinform legen. Förmchen daraufstellen. Die Hälfte des Zuckers mit Wasser in einer unbeschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze hellbraun caramelisieren lassen. Caramel in die Förmchen giessen. Unter Schwenken vorsichtig dünn verteilen.
2. Backofen auf 170 °C vorheizen. Aprikosen in Stücke schneiden. Mit Puderzucker und Aprikosenbrand marinieren. Aprikosenstücke in die Förmchen verteilen. Eier, Eigelb und restlichen Zucker verrühren. Milch aufkochen. Unter ständigem Rühren zur Eier-Zucker-Mischung giessen. Masse durch ein feines Sieb abgiessen und in die Förmchen verteilen. Diese mit heissem Wasser umgiessen, sodass sie zur Hälfte im Wasser stehen. Mit Alufolie abdecken. In der Ofenmitte ca. 30 Minuten pochieren.
3. Für die Nadelprobe mit einem Holzspiessli in die Mitte der Flans stechen, bleibt keine Masse kleben, sind sie fertig pochiert. Aus dem Wasserbad nehmen, im Kühlschrank vollständig auskühlen lassen.
4. 1 Stunde vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen. Zum Auslösen Flans mit einem Messer vom Förmchenrand lösen und auf Teller stürzen.