

Zitronenschaum mit rosa Pfeffer

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

125 g fettreduzierter Frischkäse
(z. B. St Môret léger)

1 unbehandelte Zitrone, nur
wenig abgeriebene Schale

1 Esslöffel eingelegte rosa
Pfefferkörner, abgetropft

½ dl Rahm, steif geschlagen
(z. B. im «Küchenblitz»)

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Den Käse mit der Zitronenschale
gut verrühren. Die Pfefferkörner
und den Rahm darunter mischen,
würzen, ca. 15 Min. zugedeckt kühl
stellen, zum Siedfleisch servieren.

Pro Person: 6 g Fett, 4 g Eiweiss,
1 g Kohlenhydrate, 320 kJ (76 kcal)