

Informationen zur Sendung vom 28.07.2026

Lemon-Cake-Parfait

Von Ulla Scholz

Zutaten (8 Personen)

3 Bio-Zitronen
150 g Zucker
4 Eigelbe
400 ml Sahne
½ TL Johannisbrotkernmehl

Außerdem
100 g Lemon-Curd (gekauft)
100 g Shortbread
100 ml Sahne oder Milch
Melisse zum Garnieren
½ Bio-Zitrone zum Garnieren

Zubereitung

Die Sahne schlagen und in den Kühlschrank stellen. Die Schale von zwei Zitronen in eine Schüssel abreiben. Alle Zitronen halbieren und auspressen. Den Saft abmessen und eventuell auf 150 ml Flüssigkeit mit Wasser ergänzen. Den Zitronensaft in einen Kochtopf geben, mit 150 g Zucker verrühren. Alles zum Kochen bringen und nun nicht mehr großartig umrühren, da sonst der Zucker ausflockt. Die Lösung ist perfekt, wenn die Flüssigkeit ganz leicht andickt.

Die Eigelbe in eine Schüssel füllen und auf einem heißen Wasserbad aufschlagen. Die Zuckerlösung zugeben und so lange aufschlagen, bis eine dickliche Masse entstanden ist. Den Zitronenschalenabrieb und das Johannisbrotkernmehl zugeben und umrühren. Danach die Sahne unterheben und die Masse in eine kleine Kastenkuchenform füllen, die vorher mit Klarsichtfolie ausgekleidet wurde. Die Kekse in Stücke krümeln und mit etwas Lemon-Curd in der Masse verwirbeln. Die Form abdecken und für einige Stunden ins Eisfach stellen.

Restlichen Lemon-Curd und etwas Sahne zu einer Sauce verrühren. Das Eis eine halbe Stunde vor dem Verzehr aus dem Gefrierfach holen und im Kühlschrank temperieren. Die Folie oben auseinander schlagen, das Parfait auf ein Brett stürzen und in Portionen teilen. Das Eis, das nicht sofort verwendet wird, mit etwas Abstand in eine Plastikdose stellen, verschließen und innerhalb von zwei bis drei Tagen verbrauchen.

Anrichten

Auf jedem Teller einen Klecks Zitronensauce geben und ein bis zwei Stücke Parfait anlegen. Mit halben Zitronenscheiben, Minze und Shortbread servieren.

Informationen zur Sendung vom 28.07.2026

Lemon-Cake-Parfait

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Bio-Zitronen oder unbehandelte Zitronen?

Wenn die Schale von Zitronen oder Orangen mitverzehrt wird, sollte man unbedingt Bio-Zitronen kaufen. Unbehandelt bedeutet lediglich, dass sie nach der Ernte nicht für den Transport mit chemischen Stoffen und Wachs ausgerüstet wurden. Pflanzenschutzmittel, die vorher zum Einsatz kommen können, sind mit „unbehandelt“ nicht gemeint.

Hingucker als Partydessert

Wer ein größeres Fest plant, weiß das in der Regel länger im Voraus. Dafür ausgepresste Bio-Zitronenhälften innen sauber auskratzen. Die Exemplare sammeln und unten gerade abschneiden, damit sie später auf dem Teller stehen bleiben. Die ausgehöhlten Zitronen mit dem abgeschnittenen Stück einfrieren. Es wird später als Deckel auf die gefüllten Früchte gelegt. Ist die entsprechende Anzahl Zitronen zusammenkommen, werden die einzelnen Früchte mit Parfait-Masse gefüllt. Diese vorher leicht anfrieren. So lassen sich die Zitronen einfacher füllen. Nun den Zitronenhut aufsetzen und das Dessert noch einmal für eine Stunde ins Eisfach geben. Die Zitronen bleiben zwei bis drei Tage im Tiefkühlschrank haltbar. Das heißt, dass man sie für eine Party gut vorbereiten kann. Vor dem Verzehr 15 Minuten vorher herausholen und sofort servieren.

Besondere Zutaten kaufen

Johannisbrotkernmehl gibt es im gut sortierten Supermarkt oder im Naturkostladen. Man könnte ersatzweise zwei Stück Blattgelatine in kaltem Wasser einweichen und in der heißen Eismasse glatrühren. Gelatine und Johannisbrotkernmehl sorgen für etwas Bindung und verhindern, dass das Eis zu schnell schmilzt.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!