

Fruchtiges Tiramisu



Zutaten für 4 Personen

3 mittelgroße Äpfel

125 ml Wasser
1 Stange Zimt
½ Vanilleschote

250 g Schichtkäse/Quark
70 ml Milch (3,5% Fett)
100 g Zucker

100 ml Sahne
50 g Löffelbiskuits

1 TL Zimt
1 TL Puderzucker

Zubereitung

Die Äpfel waschen, schälen, das Kerngehäuse entfernen und die Äpfel in Spalten schneiden.

Die Apfelspalten in dem Wasser mit der Zimtstange und der aufgeritzten Vanilleschote bissfest garen.

Den Schichtkäse oder Quark mit der Milch und dem Zucker verrühren.

Die Sahne steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.

Eine rechteckige Form mit den Löffelbiskuits auslegen.

Die abgekühlten Apfelspalten (ohne Zimtstange und ohne Vanilleschote) auf die Löffelbiskuits verteilen.

Die Quark-Sahne-Masse als oberste Schicht auf das Dessert geben. Kühl stellen.

Vor dem Servieren die Puderzucker-Zimt-Mischung gleichmäßig auf das Tiramisu streuen.

Das gelingt am einfachsten, wenn Sie den Puderzucker mit dem Zimt in ein kleines Sieb geben und die Mischung mit einem Teelöffel durch das Sieb streichen.

Tipps

Das fruchtige Tiramisu schmeckt auch mit Beerenkompott (anstelle der gekochten Äpfel) sehr lecker.

Schichtkäse ist eine besondere Form von Quark. Er wird nicht gerührt bevor er abgepackt wird, sondern geschnitten und schichtweise in die Form oder Packung eingeschöpft. In einer Packung sind 3 Schichten mit unterschiedlichen Fettgehaltstufen übereinander geschichtet. Der mittlere Fettgehalt von Schichtkäse beträgt mindestens 10% i. Tr. Schichtkäse hat ein fein frisksäuerliches Aroma und ist in der Konsistenz kerniger und fester als Quark.

Angaben pro Portion

Energie	392 kcal
Fett	12,6 g
Kohlenhydrate	57,9 g
Eiweiß	10,5 g
Ballaststoffe	2,8 g