

Lea Linster

## Leas luftiger Clafoutis

Clafoutis ist ein traditionelles französisches Dessert mit Kirschen - halb Kuchen, halb Pfannkuchen. Lea Linster verrät ein Rezept für Clafoutis mit Äpfeln und Mango.



Clafoutis kommt aus dem Limousin im Herzen Frankreichs, wird Kla-fu-tii ausgesprochen und traditionell am liebsten mit Kirschen (und einem ordentlichen Schuss Kirsch) gemacht. Es geht aber auch mit vielem anderen Obst. Ganz wichtig ist: Ein bisschen saftig und ein bisschen säuerlich muss es sein.

Außer mit Kirschen liebe ich meinen Clafoutis auch mit Ananas oder mit Äpfeln und/oder Birnen. Oder exotischer mit Mango und Äpfeln. Dafür schäle ich **eine schöne reife Mango** und schneide das Fruchtfleisch vom Stein, so dass ich etwa 300 Gramm erhalte. Das Mango-Fruchtfleisch wird gewürfelt. Auch **300 Gramm säuerliche**

**Äpfel** schäle ich, entkerne und würfele sie. Dann brauche ich natürlich **Zitronensaft**, damit die Apfelwürfel nicht so schnell braun werden. Ich presse also eine halbe, vielleicht auch eine ganze Zitrone aus, mische den Saft mit **50 Gramm Zucker** und gebe den Mix gleich über die Apfelwürfel. Voilà.

Für den Teig verrühre ich **sechs Eier** mit **50 Gramm Zucker**, **300 Milliliter Milch**, **180 Gramm Sahne**, **einem gehäuften Esslöffel Mehl** und **35 Gramm gemahlene Mandelkernen**. Damit sich alles gut verbindet, ziehe ich zum Schluss den Pürierstab mehrmals durch den Teig.

Zum Backen fette ich eine Pie-Form sehr gut mit Butter ein. Mein Tipp: Eine 26er-Form wird ganz hoch voll, wer auf Nummer sicher gehen will, nimmt lieber eine 28er-Größe. Ich heize den Backofen auf 180 Grad vor (es geht auch schön mit Umluft, dann bei 160 Grad). Der Unterschied wird aber deutlich: Mit Umluft geht der Clafoutis luftiger auf, mit der normalen Ober- und Unterhitze bekommt der Clafoutis eine Konsistenz ähnlich wie bei einer Crème brûlée - was auch ein schöner Effekt ist.

In die gebutterte Form gebe ich die Mango- und Apfelwürfel, gut gemischt. Ich gieße den Teig darüber und stelle die Pie-Form so in den Backofen. Der Clafoutis ist nach etwa einer Stunde fertig und absolut köstlich. Ich stäube noch etwas **Puderzucker** darüber (mit dem Haarsieb, damit er fein rieselt). Man muss sich auch überhaupt keine Gedanken machen, ob die Clafoutis-Stücke heil aus der Form kommen: Wie in Frankreich holt sich jeder einfach mit dem Löffel seine Portion heraus!

Dieser Clafoutis hat wenig Mehl und schmeckt deshalb wunderbar "eierig". Und auch wer eine Gluten-Allergie hat, kann ihn machen: Dann einfach den gehäuften Esslöffel Mehl durch dieselbe Menge Mandelmehl, also fein geriebene Mandelkerne, ersetzen. Lassen Sie sich den Clafoutis schmecken - zu jeder Jahreszeit und mit (fast) jedem Obst!

### So macht Lea Mango-Clafoutis:



1. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden.
2. Den Teig mit dem Pürierstab mischen

### Produktempfehlungen

Promotion



BUTLERS

für 299,00 €

**Jetzt kaufen!**

Fissler

für 29,99 €

**Jetzt kaufen!**

Bugatti

für 185,00 €

**Jetzt kaufen!**

Fotos: Thomas Neckermann  
Ein Artikel aus BRIGITTE

### Was denkt ihr über das Thema?

  
1

  
0

0

0

0

Powered by VICOMI