

Rezept

Karotten Crème Brulée



© Thorsten Suedfels

Info

120 Min. Gesamtzeit	30 Min. Zubereitungszeit	90 Min. Kochzeit	+ Kühlzeit: 2 Stunden	mittel	450 kcal Kilokalorien	6 g Eiweiß	34 g Fett	30 g Kohlenhydrate
---------------------------	-----------------------------	------------------------	--------------------------------	--------	--------------------------	---------------	-----------------	-----------------------

Zutaten für Portionen

200 g **Karotten** à 80–100 g, möglichst aromatische Moormöhren

1 **Vanilleschote**

100 ml **Milch**

100 g **Rohrzucker**

1 **Orange** Schale

4 **Eigelb**

250 ml **Crème fraîche**

Zubereitung

1. Karotten mit Schale in einen Topf geben. Mit etwas Wasser geschlossen ca. 20 Minuten dünsten, bis sie komplett gar und weich sind. Auskühlen lassen. Schale mit einem Messer vorsichtig abziehen oder abreiben. In grobe Stücke schneiden.
2. Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Schote und Mark mit Milch, 50 g Zucker und Orangenschale in einen Topf geben. Einmal aufkochen und ziehen lassen, bis die Milch abgekühlt ist. Schote entfernen. Milch mit Eigelb, Karotten und Crème Fraîche pürieren. Durch ein feines Sieb geben.
3. Masse in 4 feuerfeste Schälchen à 125–150 ml Inhalt füllen. Auf ein tiefes Backblech stellen. In den Ofen schieben. Blech mit heißem Wasser füllen, bis die Förmchen zu 2/3 im Wasser stehen. Bei 120 Grad Umluft ca. 50–60 Minuten garen, bis die Masse gestockt ist, aber wenn man an den Schälchen rüttelt, die Crème noch leicht wackelt. Herausnehmen und 30 Minuten abkühlen lassen. Dann mindestens 2 Stunden kalt stellen.
4. Zum Servieren restlichen Zucker auf der Creme gleichmäßig verteilen. Mit einem Bunsenbrenner karamellisieren.

Tipp

Wer keinen Bunsenbrenner hat, karamellisiert die Crème unter dem Backofengrill