

# Drei Französische Dessert-Crèmes

Zutaten für 4-6 kleine Dessertformen:

FÜR DIE CRÈME RENVERSÉE AU  
CAMEL

Karamell:

75 g Zucker

15 g Butter

optional 1 Prise Salz

Crème:

5 Eier (Größe M)

80 g Zucker

250 ml Milch

½ TL Vanilleextrakt



FÜR DIE CRÈME AUX OEUFS

30 g Zucker

2 Eier (M)

250 ml Milch

1 TL Vanillezucker



FÜR DIE CRÈME VANILLE

250 ml Milch

2 Eigelb

40 g Zucker

1 EL Speisestärke

1 Tüte Vanillezucker



## Zubereitung

Für die **Crème renversée au caramel** Zucker in eine kleine Pfanne streuen. Den Zucker mit etwas Butter zu Karamell schmelzen. Achtung: Das Karamell bei ganz schwacher Hitze erwärmen, ohne mit einem Löffeln im Karamell zu rühren!

Das Karamell auf kleine Dessertschälchen, Förmchen oder auch Gläser auf 0,5 bis 1cm Höhe verteilen. Die so vorbereiteten Schälchen auf die Seite stellen bis zur Weiterverarbeitung.

In einem Topf Milch mit etwas Vanille erhitzen. Währenddessen die Eier mit 80 g Zucker aufschlagen, bis eine cremige Masse in der Rührschüssel entstanden ist. Die heiße Vanille-Milch zu den Eiern geben und die Masse gut umrühren.

Nun die Crème auf die bereits mit Karamell befüllten Schälchen verteilen. Die befüllten Schälchen in eine Auflaufform platzieren. Den Boden der Auflaufform auf halbe Höhe der Schälchen mit Wasser befüllen.

Das Crèmedessert bei 150°C Umluft für 45 Minuten im Wasserbad im Backofen backen. Die fertige Crème renversée au caramel aus dem Ofen entnehmen, abkühlen lassen und dann mindestens 1,5 Stunden im Kühlschrank weiter abkühlen.

Die Crème renversée au caramel aus dem Kühlschrank nehmen und auf einen Teller stürzen, damit das Karamell sich jetzt von oben auf der Crème verteilen kann.

Achtung: Die Crème hält sich im Kühlschrank in der Regel vier Tage.

Für die **Crème aux oeufs** Milch und Vanillezucker in einem Topf erwärmen. In einer Schüssel den Zucker mit den Eiern (eins nach dem anderen) zu Eischnee aufschlagen. Peu à peu die warme Milch in die aufgeschlagene Eimasse geben. Achtung: Die Masse nicht zu viel rühren, sonst entsteht Schaum auf der Crème. Die Crème in kleine Schälchen gießen.

Die Schälchen mit der Crème im vorgeheizten Backofen bei 200°C Umluft 10 Minuten backen. Dann die Temperatur auf 180°C reduzieren und die Crème weitere 25 Minuten backen. Die fertige Crème aux oeufs aus dem Backofen nehmen und abkühlen lassen. Die Crème bis zum Verzehr im Kühlschrank aufbewahren.

Achtung: Die Crème hält sich im Kühlschrank in der Regel vier Tage.

Für die **Crème vanille** Milch und Vanillezucker in einem Topf erwärmen. Eier trennen. Anschließend Eigelbe mit dem Zucker in einer Schüssel aufschlagen. Wenn die Eimasse langsam anfängt fest zu werden, die Speisestärke dazugeben. Die Masse dann weiter aufschlagen, bis diese eine cremige Konsistenz hat. Nun die warme Vanille-Milch dazu gießen.

Die Masse ein weiteres Mal gut durchrühren und anschließend in den Kochtopf zurückschütten. Unter ständigem Rühren die Masse im Kochtopf erwärmen, bis die Crème kocht. Beim Köcheln dickt die Crème ein. Die eingedickte Crème auf kleine Schälchen verteilen, abkühlen lassen und anschließend servieren.

Achtung: Die Crème hält sich im Kühlschrank in der Regel zwei Tage.

## Tipps

Bio-Eier und frische Eier sind für diese Rezepte besser.

Milchersatzprodukte wie Kokosmilch, Mandelmilch oder Hafermilch können für die Zubereitung der Rezepte verwendet werden. Sie geben den Crèmes eine leicht nussige Note.

Man kann die Crèmes mit Zartbitterkakao, Tonkabohnen, Zimt oder Kaffee aromatisieren.

Weniger ist mehr: Bitte nicht zu viel Zucker für die Zubereitung der Rezepte verwenden. Rohrzucker als Süßungsmittel ist für diese Rezepte ungeeignet, er schmilzt zu langsam. Bitte auch keinen Ersatzzucker verwenden, es braucht Zucker, um die Konsistenz der Crèmes zu halten.

Die Crèmes werden oft mit Obst oder kleinen Keksen serviert.

Und für die, die sich fragen: Wie bekomme ich meine Pfannen, Töpfe oder Schälchen wieder sauber bei diesem ganzen Karamell? Kein Problem, einfach in ein warmes Wasserbad eintauchen und aufweichen lassen. Es geht alles weg.