

in FORM

Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

 **VERNETZUNGSSTELLE
SENIORENERNÄHRUNG**
Niedersachsen



Foto: © Maja Schillingkemper

Bei Kau- und
Schluckbeschwerden

Apfelschaum

MIT
VANILLESOSSE



Apfelschaum MIT VANILLESOSSE



6 Portionen

Ein Rezept von Herbert Thill | www.kostkonform.de

Nährwerte / 100 Gramm: Energie 120 kcal | Eiweiß 2,65 g
Fett 5,9 g | Ballaststoffe 544,5 mg | Kohlenhydrate 14,26 g

ZUTATEN

Apfelschaum

30 g Butter

40 g Zucker

5 kleine Äpfel

150 g Apfelsaft

Bindemittel für Schaumkost,
je nach Packungsanweisung

Vanillesoße

½ Vanilleschote, Mark

500 ml Milch, 3,5 % Fett

90 g Eigelb, pasteurisiert

50 g Zucker

Jodsatz mit Fluorid

Bindemittel für Schaumkost,
je nach Packungsanweisung

Für je 500 ml Whipper-Flasche
Schaumkost ist als Geschmacks-
erlebnis gedacht und nicht,
um den Energiebedarf alleine
zu decken. Espumas daher in
kleinen Mengen anbieten.

ZUBEREITUNG

Apfelschaum:

1 | **Butter** in einer Pfanne schmelzen und mit dem **Zucker** karamellisieren. **Äpfel** schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.

2 | Die Apfelspalten in der karamellisierten Butter und dem **Apfelsaft** ca. 5 Min. garen, anschließend sehr fein pürieren.

3 | Das **Bindemittel** unterrühren, danach die Masse durch ein feines Sieb streichen und in eine Whipper-Flasche (500 ml) füllen.

Vanillesoße:

1 | **Vanilleschote** halbieren, Mark auskratzen.

2 | Ausgekratzte Schote, Mark und **Milch** aufkochen. Schote im Anschluss entfernen.

3 | **Eigelb, Zucker** und Prise **Salz** cremig rühren, mit warmer (*nicht kochender!*) Vanillemilch unter Rühren erhitzen bis die Konsistenz cremig wird.

4 | **Bindemittel** einrühren, durch feines Sieb streichen, in Whipper-Flasche füllen. Apfelschaum in kleinen Gläschen mit der Vanillesoße anbieten.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

Teil der:



Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e. V.
Sektion Niedersachsen