

Monatsrezept Oktober

Leckere Caramel-Köpfli aus dem Steamer

Zutaten:

Caramel-Sauce

60g Zucker

1dl Wasser

Flan

5dl Milch

50g Zucker

1 Vanilleschote

3 Eier



Für diese Caramel-Köpfli braucht es 6 Flanförmchen Ø 7cm, es können aber auch gut kleine Gläschen sein.

Der Steamer wird auf 90°C vorgeheizt.

Und so gelingt das Rezept hervorragend:

1. Zuerst wird die Caramel-Sauce gemacht. Dafür den Zucker in einer Pfanne hellbraun karamellisieren und mit dem Wasser ablöschen. Diese Flüssigkeit anschliessend auf die Hälfte einkochen lassen.
2. Nun nimmt man die Förmchen zur Hand und bedeckt mit der Caramelsauce den Boden.
3. Die Vanilleschote wird aufgeschnitten und ausgekratzt.
4. In einer Pfanne wird die Milch, der Zucker und das ausgekratzte Vanillemark auf etwa 40°C erwärmt. Die Vanillschote kann man ebenfalls mitwärmen.
5. In der Zwischenzeit kann man die Eier in einem Behälter aufschlagen.
6. Die Vanilleschote wird wieder entfernt, sobald die Temperatur erreicht ist. Nun wird die Milch langsam unter die Eier gerührt.
7. Die Flüssigkeit kann jetzt in die vorbereiteten Förmchen gefüllt werden.
8. Die Förmchen schiebt man auf dem gelochten Garbehälter in den vorgeheizten Garraum. Während 25 Minuten wird die Funktion Dämpfen eingestellt. Anschliessend die Förmchen aus dem Steamer nehmen und auskühlen lassen.
9. Die Caramel-Köpfli können anschliessend im Kühlschrank erkalten.

10. Den Rand der Flans mit einem Messer vorsichtig lösen, auf einen Teller stürzen und mit der Caramel-Sauce umgiessen.

EN GUETE!