



# Zitronenquark mit Aprikosen

 Glutenfrei  Purinarm

## ZUTATEN

 Für 4-6 Personen

**1 dl** Weisswein  
**0.5 dl** Sherry trocken  
**50 g** Zucker  
**400 g** Aprikosen tiefgekühlt

### Creme:

**500 g** Magerquark  
**5 Esslöffel** Zucker  
**1 Päckchen** Bourbon-  
Vanillezucker  
**1** Zitrone dünn abgeriebene  
Schale  
**4 Esslöffel** Zitronensaft  
**2.5 dl** Halbrahm  
**25 g** Mandelblättchen

## NÄHRWERT

### Pro Portion

**305** kKalorien  
**1276** kJoule  
**30g** Kohlenhydrate  
**12g** Eiweiss  
**13g** Fett

Erschienen in  
03 | 2008, S. 83

## ZUBEREITUNG

- 1** Weisswein, Sherry, Zucker und die längs aufgeschnittene Vanilleschote mit den herausgekratzten Samen in eine mittlere Pfanne geben, aufkochen und 2–3 Minuten kochen lassen. Dann die noch gefrorenen Aprikosen hineingeben und zugedeckt auf kleinem Feuer dünsten, bis sie weich sind. Mit einer Schaumkelle sorgfältig herausheben und auf einem grossen Teller leicht abkühlen lassen.
- 2** Den Aprikosensud etwa zur Hälfte einkochen lassen.
- 3** Die abgekühlten Aprikosenhälften dritteln und bis auf einige wenige Schnitze für die Garnitur in Dessertschalen oder -gläser füllen. Mit etwas eingekochtem Sud beträufeln und kühl stellen.
- 4** Für die Creme den Quark mit dem Zucker, dem Vanillezucker, der Zitronenschale und dem Zitronensaft glatt rühren.
- 5** Den Halbrahm steif schlagen und unter die Quarkcreme ziehen.
- 6** Die Mandelblättchen in einer trockenen Pfanne ohne Fettzugabe leicht rösten.
- 7** Den Zitronenquark über die Aprikosen anrichten. Die Creme mit den beiseitegelegten Schnitzchen und den Mandelblättchen garnieren.

Die Creme kann auch mit frischen oder tiefgekühlten Beeren oder Kompottfrüchten aus dem Glas oder der Dose zubereitet werden.