



Honing-kaneelparfait met blauwe bessen

In verband met de honing niet geschikt voor kinderen van 0 tot 1 jaar.

Benodigheden (6 personen)

400 gram blauwe bessen
100 gram poedersuiker
1 theelepel kaneelpoeder
5 eiwitten
2 eetlepels honing
4 bekertjes (à 125 ml) crème fraîche

springvorm Ø20 cm
bakpapier

Bereiden Honing-kaneelparfait met blauwe bessen

- Bekleed de springvorm met bakpapier.
- Meng de poedersuiker met 1/2 theelepel kaneelpoeder.
- Klop de eiwitten in een vetvrije kom met het poedersuikermengsel tot een dikke stijve massa.
- Meng de honing door de crème fraîche en spatel dit door de geklopte eiwitten.
- Schep de massa in de springvorm, strijk de bovenkant glad en zet de vorm minimaal 6 uur in de diepvries tot de massa stijf is.
- Snijd de parfait in punten of dikke plakken, bestrooi ze met de rest van de kaneelpoeder en serveer ze met de blauwe bessen.

Variatietips

Kaneelpoeder kan worden vervangen door cacao-poeder.
In plaats van crème fraîche kan yoghurt worden gebruikt.

