Honing-kaneelparfait met blauwe bessen

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

Benodigdheden (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 cacaopoeder.
In plaats van crème fraîche kan yoghurt worden gebruikt.