

Zitronen-Frischkäseroulade mit Mangosauce

Rezept von Meta Hildebrand



Zitronen-Frischkäseroulade mit Mangosauce

1 Backblech

Für 4 Personen / ergibt ca. 8 Stück

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Genussfertig: in ca. 120 Minuten

Pro Person:

44 g Kohlenhydrate, 6 g Eiweiss, 12 g Fett; 300 kcal

Zutaten:

- 4 Eier
- 190 g Zucker
- 1 Briefchen Safran (0,125 g)
- 1 Prise Salz
- 80 g Mehl
- 150 g Philadelphia
- 100 ml Rahm
- $\frac{1}{2}$ Päckchen Rahmhalter (4 g)
- 1 Zitrone (Abrieb, Saft)
- 1 Mango (500 g)
- 1 Vanillestange
- 40 ml Orangensaft
- Optional als Garnitur Zitronenzesten und Minzespitzen

Zubereitung:

1. Für das Biskuit zuerst die Eier trennen. Das Eigelb mit 120 g Zucker und dem Safran ca. 3 Minuten in der Küchenmaschine schaumig schlagen.

2. In einer sauberen Schüssel Eiweiss und Salz steif schlagen. Das Mehl absieben, Mehl und Eischnee sorgfältig unter das Eigelb ziehen. Ein Backpapier auf ein Backblech legen und die Masse auf dem Blech verteilen, glatt streichen. Bei 200 °C Umluft ca. 6–8 Minuten backen. Das gebackene Biskuit auf ein neues Backpapier stürzen. Das Backpapier vom Biskuit vorsichtig entfernen und mit einem Küchentuch zugedeckt abkühlen lassen.
3. Zitrone waschen, abreiben und auspressen. Mit einem Handmixer Philadelphia, 50 g Zucker, Rahm, Rahmhalter, Zitronenabrieb und Saft schaumig schlagen und kühl stellen.
4. Mango waschen, schälen und entkernen. In kleine Stücke schneiden. Die Vanillestange einschneiden und das Mark herauskratzen. In einer kleinen Pfanne Mangowürfel, 20 g Zucker, Orangensaft und die ausgekrazte Vanillestange und das Mark auf kleiner Stufe köcheln lassen. Sobald die Mangowürfel weich sind, Vanilleschote entfernen und mit dem Stabmixer mixen.
5. Das Biskuit auf die Arbeitsfläche legen, die Frischkäsemasse mit einem Spachtel darauf verstreichen und einrollen. Die Roulade 1 Stunde im Kühlschrank durchkühlen lassen, in Stücke schneiden und mit der Mangosauce zusammen anrichten. Optional mit Zitronenzesten und Minzespitzen dekorieren.

Rezept von Meta Hildebrand. Der Download und Ausdruck sind nur für den privaten Gebrauch gestattet. Jede gewerbliche Nutzung oder Weiterverbreitung ist untersagt.