

Birne Helene

Zutaten | 4 Portionen

| | |
|----------|----------------------|
| 4 | Birnen |
| 2 | Vanilleschoten |
| 1 | Limette |
| 2 EL | Zucker |
| 200 g | Zartbitterschokolade |
| 200 g | Schlagsahne |
| 1 Prise | Zimt |
| 4 Kugeln | Vanilleeis |

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zubereitung:

- Birnen schälen, halbieren und entkernen.
- Vanilleschoten längs aufschneiden und das Mark mit einem spitzen Messer herauskratzen.
- Limette abspülen, Schale abschälen und die Limette auspressen.
- 500 ml Wasser, Zucker, Vanillemark und -schoten, Limettensaft und -schale 10 Minuten bei kleiner Hitze kochen.
- Die Birnenhälften dazugeben. Bei kleiner Hitze ca. fünf Minuten in dem Vanille-Limettenwasser dünsten und darin abkühlen lassen.
- Sahne erhitzen, die Schokolade hinein bröseln und in der heißen Sahne auflösen. Mit etwas Zimt abschmecken.
- Jeweils 2 abgetropfte Birnenhälften mit der heißen Schokoladensoße und Vanilleeis anrichten.

Tipp:

Ab Mitte September sind die Birnensorten Conference und Gute Luise genussreif. Diese beiden Sorten eignen sich am besten für den Dessertklassiker.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

| Energie | Fett | Kohlenhydrate | Eiweiß | Kalzium |
|----------|-------|---------------|--------|---------|
| 174 kcal | 9,4 g | 22,6 g | 2 g | 31 mg |
| | | | | |