

Orangencreme

4	Orangen, unbehandelt
1	Zitrone, unbehandelt
1 Glas	Weißwein
150 g	Zucker
2 EL	Speisestärke
4	Eigelb
200 g	Sahne

Schale von einer Orange und der Zitrone abreiben. Alle Orangen auspressen. Zucker, Orangensaft, Weißwein, Orangen- und Zitronenschale verrühren und aufkochen. Speisestärke in etwas Wasser glatt rühren und dazu geben. Eine Minute kochen lassen. Topf vom Herd nehmen und das Eigelb unterrühren. Achtung, die Masse darf nicht mehr kochen! Creme mit Frischhaltefolie bedecken, damit sich keine Haut bildet und abkühlen lassen. Sahne steif schlagen und unterziehen. Gekühlt servieren.

Joghurt-Zitronen-Eis mit fruchtigem Obstpüree

für 2-3 Personen

3	Zitronen, unbehandelt
3 EL	Zucker
250 g	Naturjoghurt
500 g	Brombeeren
etwas Zucker	

Zitronenschale von 2 Zitronen abreiben. Alle Zitronen auspressen. Saft, Zitronenschale, Zucker und Joghurt verrühren. In eine Eismaschine füllen. Für das Obstpüree Brombeeren mit etwas Zucker aufmixen und auf einem Teller verteilen. Zwei Eiskugeln in die Mittel geben und sofort servieren.

Das sind wir:

Die Landesvereinigung Milch Hessen ist ein nach dem Milch- und Fettgesetz (MFG) anerkannter, eingetragener Verein. Bei uns sind Verbände und Organisationen zusammengeschlossen, die durch Erzeugung, Verarbeitung, Handel und Verbrauch an der hessischen Milchwirtschaft beteiligt sind.

Die Qualität und die Leistung der hessischen Milchwirtschaft zu fördern, bekannt zu machen, und immer wieder neu ins Gespräch zu bringen, ist unser Auftrag. Daher informiert die Landesvereinigung Milch hessenweit rund um das Thema Milch und Milcherzeugung.

Die Arbeit der Landesvereinigung Milch Hessen gliedert sich in zwei Arbeitsschwerpunkte:

Im Team Ernährung der Landesvereinigung stehen die Vermittlung eines gesunden Ernährungsverhaltens und die Warenkunde über Milch und Milchprodukte im Mittelpunkt der Arbeit. Ziel des Innovationsteams der Landesvereinigung ist die Förderung und Unterstützung der aktiven Milcherzeuger und damit der gesamten Milchviehhaltung in Hessen.

Informationen erhalten Sie bei der

Landesvereinigung für Milch und Milcherzeugnisse Hessen e.V.

Lochmühlenweg 3

61381 Friedrichsdorf

Tel.: 0 61 72 / 71 06 – 291

Fax: 0 61 72 / 71 06 – 296

e-mail: info@milchhessen.de

www.milchhessen.de

Desserts

Süße Verführer mit Milch



Eine Information der



Apfelwölkchen

für 12 Portionsgläser à 120 ml

1 kg	Äpfel, geschält, entkernt und gewürfelt
4 EL	Zucker
1	Vanilleschote
100 g	Löffelbiscuits
80 g	Butter
500 g	Joghurt
	Zimt

Aus den Äpfeln, Zucker und dem Vanillemark Apfelmus kochen und abkühlen lassen. Butter in einer Pfanne bei geringer Hitze zerlassen. Löffelbiscuits grob zerbröseln und hinzufügen. Gut rühren bis die Brösel eine goldbraune Farbe haben. Joghurt glattrühren. Gläser mit jeweils einer Schicht Apfelmus, Bröseln und Joghurt befüllen. Einige Brösel zur Dekoration auf den Joghurt geben und mit Zimt bestreuen. Sofort servieren.

Himmlische Quarkspeise

500 g	Quark, 10 % Fett i.Tr.
1/8 l	Milch
100 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
250 g	Schlagsahne
375 g	Sauerkirschen aus dem Glas
100 g	bittere Schokoladenraspeln

Quark mit Milch, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Sahne steif schlagen und unter die Quarkmasse heben. In einer Glasschüssel abwechselnd den Quark, die Kirschen und die Schokoraseln einschichten. Den Abschluss bildet Quark. Mit Schokoraseln bestreuen und einigen Kirschen garnieren.

Himbeer-Buttermilchmousse

für 4 Personen

6 Blatt	Gelatine
500 g	Buttermilch
300 g	Himbeeren (frisch oder TK-Produkt)
3 EL	Zucker
Saft von 1/2	Zitrone
8	Zitronenmelisseblättchen

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Von den Himbeeren 4 Stück zum späteren Dekorieren zur Seite legen. Die restlichen Himbeeren mit Zucker, Zitronensaft und Buttermilch pürieren. Gelatine ausdrücken und in einer Schüssel im Wasserbad erwärmen bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Von der Buttermilch-Himbeer-Mischung etwa 1/3 zur aufgelösten Gelatine geben und gut verrühren. Erst dann diese Mischung zur restlichen Buttermilch-Himbeer-Mischung geben und rasch unterrühren. Buttermilchmousse sofort in vier Gläser füllen und im Kühlschrank etwa 4 Stunden fest werden lassen. Vor dem Servieren mit den zurück behaltenen Himbeeren und Zitronenmelisse dekorieren.



Fruchtiger Reisauflauf

4 EL	Zucker
1 Prise	Salz
	Zitronenschale
1/2 l	Milch
150 g	Milchreis
3	Eier, getrennt
200 g	Magerquark
500 g	Äpfel, Johannisbeeren oder Kirschen

Milch mit 2 EL Zucker, Salz und der Zitronenschale aufkochen. Reis waschen, in die heiße Milch einrieseln und ausquellen lassen. Falls nötig noch etwas Milch zugießen. Obst entkernen und evtl. klein schneiden. Unter den abgekühlten Milchreis heben. Eigelb mit 2 EL Zucker schaumig rühren. Vorsichtig Quark unterziehen und mit dem Milchreis mischen. Zum Schluss Eiweiß steif schlagen und unterheben. Die Masse in einer gut gefetteten Auflaufform verteilen. Abgedeckt bei 200°C ca. 45 Minuten backen.

Gefrorener Himbeertraum

für 12 Personen

1000 g	tiefgefrorene Himbeeren
200 g	Baiser
500 g	Magerquark
1 Pck.	Vanillezucker
3 Becher	Schlagsahne

Quark mit Vanillezucker verrühren. Die geschlagene Sahne vorsichtig darunter heben. Baiser zerstoßen. Abwechselnd zuerst die Quarkmasse, danach die gefrorenen Himbeeren und die zerstoßenen Baisers in eine Schüssel schichten. 2 Stunden ziehen lassen!