

PORTIONEN

40

ZEIT GESAMT

60 min

LEVEL

easy

Rezept

ZITRONENTRÜFFEL

Ja, ja, der süße Zahn! Das ist so eine Sache. Wirst Du hin und wieder schwach? Im Grunde gar nicht schlimm, wichtig wäre nur, in die Ernährungsform passende Zutaten zu verwenden. (Und klar, auch ein wenig auf den Bedarf und die Kalorienbilanz zu schauen.)

Wir sind uns ja einig, dass Süßigkeiten (auch passende) eben Süßigkeiten und keine Mahlzeit darstellen und somit auch entsprechend in den Tagesbedarf passen sollten.

Ich finde es aber sehr beruhigend, wenn man mal einen Seelentröster braucht, sicher zu sein, dass es da was tolles im Kühlschrank (oder in der Gefriertruhe) gibt, auf das man im Fall der Fälle dann zurück greifen kann. Manchmal muss man sich auch einfach mal für etwas erreichtes belohnen.

Bei diesen Zitronentrüffeln ist die Zitrone der erfrischende Geschmack, der ganz toll zu weißer Schokolade passt. Im übrigen freuen sich über diese kleinen Leckereien auch Bürokollegen, Mitbewohner, Nachbarn, Freunde....

P.S.: Ich habe mit diesem Rezept 40 komplette Pralinen und nochmal 40 ausschließlich als Füllung hergestellt. Es kommt natürlich auf die Größe Deiner Formen an. Wenn Du alle 80 Stück als komplett geschlossene Pralinen machen möchtest, wirst Du weitere 2 Tafeln NSA Schokolade für die Ummantelung benötigen.



ZUTATEN

- 240 g **weiße NSA Schokolade** (oder Schokodrops mit einem Süßungsmittel Deiner Wahl, wenn Maltit für Dich nicht passt))
- 150 g **Crème fraiche**
- 50 g Butter
- 1 Bio-Zitrone
- Kokosöl
- geeignete Lebensmittelfarbe (ohne Zucker z.B. von Wussita)

Gut zu wissen, dass es im Kühlschrank einen kleinen Vorrat gibt!



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

BEVOR ES LOSGEHT

Grundsätzlich kann man solche Pralinen / Trüffel auf 2 Wegen herstellen, je nachdem, ob man auf das Aussehen eher mehr oder weniger Wert legt:

Die Version A): Man mischt die Füllung, friert diese ein und taucht sie in gefrorenem Zustand in geschmolzene Schokolade.

Version B) ist etwas aufwändiger, aber die Ergebnisse sehen hübscher aus. Dabei wird erst die Ummantelung der Füllung erzeugt, die Füllung hinzugefügt, und dann der Deckel der Praline hinzugefügt.

Das gewährleistet, dass die Praline eine schöne Form hat und (fast) wie vom Patissier aussieht.

Ich habe mich für dieses Rezept für die Version B) entschieden und erfreue mich an den schön ausgeformten Pralinen.

SCHRITT 1

2 Tafeln Schokolade mit 1 TL Kokosöl im Wasserbad schmelzen. Aufpassen, dass die Schokolade nicht zu heiß wird.

SCHRITT 2

Jeweils eine solche Menge der geschmolzenen Schokolade in die Silikonförmchen geben, dass sie den Boden bedeckt und noch etwas mehr drin ist, um die Seitenwände der Form auch mit Schokolade benetzen zu können. Das ist wichtig, so dass die Praline nachher auch wirklich geschlossen ist. Am besten klappt das mit recht weichen Silikonformen. Die kann man mit der geschmolzenen Schokolade jeweils etwas knautschen, so dass sich die Schokolade auch wirklich in der gesamten Form verteilt.

SCHRITT 3

Sind alle Förmchen auf diese Weise gefüllt, stelle sie in den Gefrierschrank. Übrig gebliebene Schokolade einfach im Behältnis lassen und für die spätere Verwendung nutzen.

Während die Schokolade in den Förmchen hart wird, kannst Du die Füllung zusammenstellen.

SCHRITT 4

Dazu reibst Du die gewaschene Schale der Zitrone über einer Reibe und erwärmst diese in einem kleinen Topf zusammen mit der Butter. Aufpassen, dass die Butter nicht braun wird, Röstaromen schmecken in Süßigkeiten nicht. Parallel kannst Du die Zitrone auspressen und den Saft ohne Kerne und Fruchtfleisch für die weitere Verarbeitung bereitstellen.

SCHRITT 5

Gib nun die 150 g Creme Fraiche in die Butter und vermische beides gut miteinander. Es darf auch leicht köcheln. Wenn Du magst, gib' ein paar Tropfen gelbe Lebensmittelfarbe dazu. Das macht die Mischung auch optisch zitronig.

SCHRITT 6

Jetzt füge 1 Tafel weiße Schokolade (entspricht 80 g) zu der Mischung hinzu und lasse sie unter rühren darin schmelzen. Danach den Saft der Zitrone untermengen.

SCHRITT 7

Jetzt die abgekühlten mit Schokolade gefüllten Silikonformen aus dem Gefrierschrank nehmen und die Formen mit der Füllung befüllen. Hier aufpassen, dass Du diese nicht komplett füllst, sondern nur so weit, wie der Schokoladenrand in der Form ist. Am besten sogar ganz leicht darunter. Dann ist noch Platz, um die Praline nachher zu verschließen und die Füllung kann nicht austreten.

SCHRITT 8

Gib die Formen wieder in des Gefrierfach, bis auch die Füllung fest geworden ist. In der Zwischenzeit kannst Du die übrige gebliebene Schokolade erneut schmelzen und ggfs. mit weiterer Schokolade auffüllen, so dass die Menge ausreicht, um die Pralinen zu schließen.

SCHRITT 9

Ist die Füllung fest geworden, nimm die Formen aus dem Gefrierschrank und fülle den noch übrig bleibenden Rest der Pralinenform mit der geschmolzenen Schokolade auf. Danach die Formen wieder ins Gefrierfach legen und warten, bis die Praline fest geworden ist. Das ist ca. nach 1-2 Stunden der Fall. Danach kannst Du die Pralinen aus ihren Formen herausdrücken und in einer Box weiter in Kühlschranks bis zum Verzehr aufbewahren. (Ich habe mir sagen lassen, dass man ab und an mal nachschauen muss, ob da wirklich auch noch alle Pralinen in der Box sind. Es gibt da so kleine (oder große) Pralinendiebe.)

SCHRITT 10

Je nachdem, wie viele Pralinen Du hergestellt hast, bleibt sicher noch etwas von der Füllung übrig. Die kannst Du auch einfach in Silikonformen streichen und einfrieren. Diese Füllung kannst Du dann später immer mal zu Pralinen verarbeiten, oder aber einfach so schön gekühlt naschen.