



Pflaumen-Orangen-Kompott mit Vanilleeis und Keks-Crumble



Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🍲 25min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------|-------|
| Pflaumen | 500 g |
| Orangen | 2 St. |
| Zucker | 2 EL |
| Vanillinzucker | 2 TL |
| Speisestärke | 1 EL |
| Minze, frisch | 10 g |
| Vanillekipferl | 8 St. |
| Vanilleeis | 8 EL |

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleiner Topf, Gefrierbeutel

1. Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. 1 Orange halbieren und Saft auspressen. Übrige Orange mit einem scharfen Messer rundherum schälen, sodass auch die weiße Innenhaut entfernt wird. Durch v-förmige Schnitte Fruchtspalten aus den Trennwänden ausschneiden, den Saft dabei auffangen.
2. In einem Topf Pflaumen, Zucker, Vanillinzucker, Orangensaft aufkochen und ca. 5 Min. weich garen. In einer Schüssel Stärke mit etwas Wasser anrühren und mit dem Kompott verrühren. Ca. 1 Min. köcheln, bis das Pflaumenkompott leicht andickt. Lauwarm abkühlen lassen.
3. Inzwischen Minze waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Vanillekipferl in einem Gefrierbeutel grob zerdrücken. Orangenfilets vorsichtig unter das Pflaumenkompott heben und in Schälchen anrichten. Jeweils eine Kugel Vanilleeis daraufgeben und mit Vanillekipferl-Streusel und Minze garniert servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 340 kcal |
| Kohlenhydrate | 54 g |
| Eiweiß | 9 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 12 g |