

STAND: JULI 2016

# Lebkuchen-Grießflammeri

## Zutaten

### Ca. 5 Portionen à 150 g für den Flammeri

150 g	Lebkuchen
75 g	Zucker
75 g	Weichweizengrieß
300 ml	Milch, 3,5 % Fett
200 ml	Fresubin® Protein Energy DRINK Vanille
4 MEL	Thick & Easy (à 4,5 g)
	Prise Salz

## Zutaten

### Ca. 5 Portionen à 150 g für die Cappuccinosoße

400 ml	Fresubin® Protein Energy DRINK Cappuccino
1 MEL	Thick & Easy (à 4,5 g)

## Zubereitung

Die Lebkuchen in kleine Stücke schneiden. Kleingeschnittenen Lebkuchen mit Zucker und einer Prise Salz in Milch und einer Flasche Fresubin® Protein Energy DRINK Vanille für 1 Stunde einweichen. Mit einem Pürierstab fein pürieren und alles zum Kochen bringen. Weichweizengrieß einstreuen und unter Rühren 5 Minuten kochen. Den Flammeri auf max. 80 °C abkühlen lassen und mit Thick & Easy andicken. Tassen oder passende Förmchen mit Backtrennspray einsprühen, die Masse einfüllen und abgedeckt im Kühlschrank erkalten lassen.

### Für die Cappuccinosoße:

Zwei Flaschen Fresubin® Protein Energy DRINK Cappuccino mit einem Mixstab in einem hohen Gefäß anschlagen und mit Thick & Easy (alternativ Fresubin® Clear Thickener) andicken. Nach Belieben mit einem Schuss Rum oder Amaretto parfümieren.

Die Flammeris auf Teller platzieren und mit dem Cappuccinoschaum umgießen. Tropfen, mit z. B. angedicktem Kirschsafte, in den Schaum setzen und mit einem Zahnstocher einen Filigran ziehen.

## Tipp

Je nach Jahreszeit können Sie unterschiedliche Früchte verwenden.

### Nährwerte pro Portion:

Energie	373 kcal
Eiweiß	12,0 g
Kohlenhydrate	57,0 g
Fett	11,0 g

MEL = Messlöffel