



## Meringues mit Rumkirschen

DESSERT FÜR 4 PERSONEN

**350 g Kirschen,**  
z. B. schwarze oder rote  
**2 EL Zitronensaft**  
**1 Zimtstange**  
**4 EL Rohrzucker**  
**1 dl dunkler Rum**  
**3 Eiweiss, Raumtemperatur**  
**1 Prise Salz**  
**200 g feinsten Zucker**  
**1 EL milder Essig**  
**2 dl Vollrahm**

**1.** Kirschen entsteinen. Mit Zitronensaft, Zimt, Rohrzucker und Rum ca. 5 Minuten köcheln lassen. Sauce zugedeckt beiseitestellen, auskühlen lassen.

**2.** Backofen auf 90°C vorheizen. Eiweiss mit Salz sehr steif schlagen. Feinen Zucker portionenweise einrieseln lassen. Weiterschlagen, bis die Masse fest ist und glänzt. Essig dazugeben und daruntermischen. Mit einem Suppenlöffel Meringuemasse in 4 Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Gitter geben. Meringues im Ofen ca. 3 Stunden trocknen lassen, dabei Ofentür mit einer Holzkele einen Spalt weit offen halten. Falls dies nicht geht, ab und zu die Tür kurz öffnen. Ofen ausschalten, Meringues darin auskühlen lassen.

**3.** Rahm steif schlagen. Meringues mit Rumkirschen und Schlagrahm servieren.

### TIPP

VOR DEM TROCKNEN MERINGUES DEKORATIV EINFÄRBN: EINE GABEL IN ETWAS ROTE LEBENS-MITTELFARBE ODER IN KIRSCHENSAFT TAUCHEN UND ÜBER DIE EIWEISS-HÄUFCHEN STREICHEN.

### ZUBEREITUNG

 ca. 20 Minuten  Geübte  
+ ca. 3 Stunden trocknen lassen

Pro Person ca. 5 g Eiweiss, 18 g Fett,  
80 g Kohlenhydrate, 2350 kJ/560 kcal