

Genießen

Lucia Kranz

Donnerstag, 25.04.2024

Baiser-Herz (Pavlova-Herz) mit Beerenfüllung

Für 4-6 Personen

Zutaten:

Für die Baisermasse:

5 Eiweiß (Größe M)
290 g Zucker
25 g Speisestärke
1 TL Weißweinessig

Für den Belag:

450 g Erdbeeren
100 g Heidelbeeren
100 g Himbeeren
200 g Schlagsahne

Für die Garnitur:

ein paar Minzblätter (nach Belieben)
Puderzucker zum Bestreuen

Für die Fruchtsoße:

50 g Erdbeeren
25 g Heidelbeeren
25 g Himbeeren
1-2 EL Puderzucker
ein paar Spritzer Zitronensaft

Außerdem:

Backblech
Backpapier

Zubereitung

1. Den Ofen auf 130 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem Stift ein Herz ca. 20 cm Durchmesser/DIN A4 Breite (siehe Schablone) auf das Backpapier zeichnen. [\(siehe Video\)](#)

Lucias Tipp Das Backpapier dann bitte umdrehen wegen der Farbe.

2. Eiweiße in eine sehr saubere, fettfreie Schüssel geben und mit den Quirlen des Handrührers oder in der Küchenmaschine anschlagen. Sobald die Quirle im Eiweiß die ersten Spuren hinterlassen, kommt der Zucker dazu.

3. Esslöffelweise den Zucker nach und nach mit in die Schüssel geben, während die Küchenmaschine bei voller Geschwindigkeit weiterrührt.

Lucias Tipp: Der perfekte Eischnee für Baiser sollte fein und glänzend sein. Dafür braucht es mindestens 4 Minuten. Auch muss der Zucker vollständig aufgelöst sein. Das merkt man, indem man probiert oder die Eiweißmasse zwischen den Fingern verreibt. Spürt man Zuckerkörner unbedingt weiterrühren.

4. Speisestärke über das Eiweiß sieben und den Essig dazu geben und nur kurz unterrühren.

5. Die Baisermasse in großen Klecksen auf das Backpapier geben und mit einem Silikonspatel, Streichmesser oder einer Winkelpalette in die vorgezeichnete Herzform streichen.



6. Ofenhitze auf 100 Grad Umluft reduzieren und das Pavlova-Herz im unteren Drittel des Backofens 75-90 Minuten backen.

Lucias Tipp: Das Pavlova-Herz sollte außen leicht knusprig sein und seine weiße Farbe bis auf eine minimale Bräunung behalten.

GANZ WICHTIG: Den Ofen während des Backens als auch nach dem Backen für mindestens eine Stunde nicht öffnen! Sprich, die Pavlova muss nach der Backzeit im geschlossenen Ofen für eine Stunde auskühlen. Danach kann man dann den Backofen öffnen.

7. Das Herz auf dem Backpapier auf ein Gitter ziehen und auskühlen lassen.

8. **Für den Belag** die Sahne in einen Rührbecher geben und steif schlagen. Die Erdbeeren und Heidelbeeren vorsichtig abbrausen und trockentupfen, Erdbeeren halbieren oder vierteln.

9. Das Pavlova-Herz ganz vorsichtig mit einem scharfen Messer leicht öffnen bzw. aushöhlen. [\(siehe Video\)](#)

Lucias Tipp: Die entfernte Baisermasse bitte nicht wegwerfen, sie kann zerkrümelt unter die Sahne gerührt werden.

10. Pavlova-Öffnung mit Sahne füllen. Himbeeren, Heidelbeeren und Erdbeeren darauf verteilen. Nach Belieben mit Minzblättchen garnieren.

11. **Für die Fruchtsoße** die Erdbeeren und Heidelbeeren vorsichtig abbrausen, abtropfen lassen. Mit Himbeeren, Puderzucker und Zitronensaft mit einem Schneidstab pürieren.

12. Das Pavlova-Herz kurz vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen und mit Fruchtsoße beträufeln.