

# Horst Lichter | Vanille-Sahne-Creme mit Mohn auf Orangen-Sauce

---

---

## Zutaten für 4 Personen:

- 4 große Orangen
- 250 ml Sahne
- 50 g Speisestärke
- 250 ml Milch
- 25 g Mohn
- 1 Vanilleschote
- 4 EL brauner Zucker
- 2 EL Grand Marnier
- Puderzucker

## Zubereitung:

3 Orangen schälen, von der weißen Haut befreien und filetieren. Die übrig gebliebene Orange pressen. Orangensaft mit 10 g Speisestärke vermengen und mit den Orangenfilets in einen Topf geben. Die Masse einmal kurz aufkochen lassen und für ca. 5 Minuten bei geringer Hitze einkochen. Zum Schluss mit 2 EL Grand Marnier abschmecken.

Das Vanillemark aus der Schote auskratzen. 100 ml Milch mit der restlichen Speisestärke und dem Zucker verquirlen. Die restliche Milch mit Sahne, Mohn und dem Vanillemark in einem Topf kurz aufkochen lassen, vom Herd nehmen und ca. 5 Minuten im Eisfach ruhen lassen.

Danach die kalt angerührte Speisestärke einrühren, erneut aufkochen und abkühlen lassen.

Die Orangen-Sauce auf Tellern anrichten. Die abgekühlte Sahne-Creme darauf verteilen und mit Puderzucker bestreuen.

*Rezept: Horst Lichter*

*Quelle: Lafer! Lichte! Lecker! vom 10.11.2007*

*Prominente Gäste: Jenny Elvers & Wayne Carpendale*