

Apfel-Toast Flan mit Fruchtcreme



Zutaten:

4 Cocottes oder Backförmchen
20 g Butter
40 g Vollrohrzucker
4 Scheiben Toastbrot Vollkorn klein gewürfelt
1 Apfel klein gewürfelt
100 g Rohrzucker
3 TL Zimtpulver
1/2 TL Natur-Vanillepulver
1 Pr. Natur- oder Meersalz
350 ml Milch
4 Eier
60 g Rohrohrzucker
1/2 TL Vanillepulver
300 g Crème fraîche
60 g Akazienhonig
1 Pr. Natur- oder Meersalz
1/4 Bd. Minze oder Melisse
120 g Himbeeren TK

1. Für die Fruchtcreme die Zutaten verrühren und kühl stellen.
2. Förmchen buttern und den Boden mit Vollrohrzucker bestreuen und in den gelochten Einsatz des Fissler Schnellkochtopfes stellen.
3. Apfel- und Toastwürfel und Zimt, Zucker und Naturvanille mischen und in die Förmchen füllen.
4. Milch mit dem Vanillepulver und den Eiern verrühren, etwas süßen. Bis 3 mm unter dem Rand über die Apfel-Toast Mischung gießen.
5. Im Fissler Schnellkochtopf 5 Minuten auf Stufe 2 garen.
6. Den Flan kurz abkühlen lassen, stürzen und warm mit der Himbeercreme servieren.