

Genießen

Rezept von Luisa Jordan aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 11.12.2025

Pavlova mit Kardamomsahne und Rosmarin-Orangen-Sirup Für 4 Portionen

Zutaten:

Für die Baisermasse:

3-4 Eiweiß (Größe M, 100 g)
1/2 TL Puderzucker
1/2 TL Maisstärke
etwas Apfelessig

Für den Rosmarin Orangen Sirup:

1 kleiner Rosmarinzweig
50 g Zucker
100 ml Orangensaft, frisch gepresst
2 TL Zitronensaft
etwas Apfelessig
2 Orangenscheiben

Für die Kardamomsahne:

4 Kardamomkapseln
150 g Schlagsahne
50 g Mascarpone
1 TL Puderzucker

Außerdem:

1 Backblech
Backpapier für das Blech

Zubereitung:

1. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.
2. **Für die Baisermasse** das Eiweiß, den Puderzucker, die Stärke und 1 Spritzer Apfelessig in eine Schüssel geben und mit den Quirlen des Handrührers oder in der Küchenmaschine steifschlagen.
3. **Die Baisermasse** mit einem Silikonschaber auf dem vorbereiteten Blech zu 4 Häufchen formen und mit einem Esslöffel mittig eine Vertiefung in die Baiserhäufchen drücken.
4. Die Häufchen im heißen Ofen auf dem Blech in der Ofenmitte 2:30 Stunden trocknen.
5. Die Pavlovaschalen auf dem Blech erst im ausgeschalteten Backofen 1 Stunde abkühlen lassen, dann auf dem Blech auf einem Gitter auskühlen lassen.
6. Inzwischen **für den Rosmarin-Orangen-Sirup** den Rosmarinzweig abbrausen und trockenschütteln. Die Rosmarinnadeln abzupfen und mit einem großen Messer fein hacken.
7. Den Zucker in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze goldbraun karamellisieren.
8. Den Karamell mit dem Orangensaft ablöschen (Vorsicht: Es spritzt!).
9. Den Rosmarin, den Zitronensaft und 1 Spritzer Essig zugeben und aufkochen. Bei milder Hitze kochen, bis der Karamell ganz aufgelöst ist und die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
- Luisas Tipp:** Ich lege immer 2 halbierte Orangenscheiben in den Sirup, die man später gut als Deko verwenden kann.
10. **Für die Kardamomsahne** die Kardamomkapseln mit der breiten Seite eines großen Messers andrücken und die Kardamomsamen auslösen. Die Samen in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze kurz anrösten und in einem Mörser sehr fein zerstoßen.
11. Die Schlagsahne in einen Rührbecher geben und steifschlagen.
12. Die Mascarpone in eine mittelgroße Schüssel geben und mit einem Silikonschaber glatrühren. Die Schlagsahne mit dem Silikonschaber am besten in 2 Portionen unterheben.

13. Puderzucker und Kardamom mischen, auf die Mascarpone-Sahne sieben und vorsichtig unterheben.

14. Die ausgekühlten Pavlovaschalen mit der Kardamomsahne füllen und mit den Orangenscheiben und dem Rosmarin-Orangen-Sirup beträufelt anrichten und genießen.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-pavlova-mit-kardamomsahne-und-rosmarin-orangen-sirup-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.