

## Rezept für Gäste mit Lactoseintoleranz

### Winterliches Früchtegratin

**Zutaten:** (für 4 Personen)

- 3 Orangen
- 1 Mandarine
- 2-3 frische Feigen
- 1 dl Orangensaft
- 2 EL Cointreau
- 1 EL Zucker
- 2 Eiweiss
- 1 Prise Salz
- 3 EL Zucker
- Wenig abgeriebene Orangenschale
- 1 EL Marinierflüssigkeit

**Zubereitung:**

Orangen/Mandarinen filetieren, weisse Häutchen gründlich entfernen. Feigen sauber tupfen, nach Belieben schälen und halbieren. Früchte in eine Gratinform legen. Saft, Cointreau und Zucker mischen und über die Früchte giessen. Eine Stunde zugedeckt im Kühlschrank marinieren. Eiweiss, Salz, Zucker zusammen sehr steif schlagen.

Orangenschale und Marinierflüssigkeit zum Eischnee geben, kurz nochmals weiterschlagen, sofort Masse über die Früchte verteilen und im Ofen gratinieren. Gratинieren: 10 Minuten in der Mitte des auf 200°C vorgeheizten Ofens. Die Früchte sollten warm und die Oberfläche hellbraun sein. Sofort servieren.

Quelle: Anita Gröli, diplomierte Ernährungsberaterin