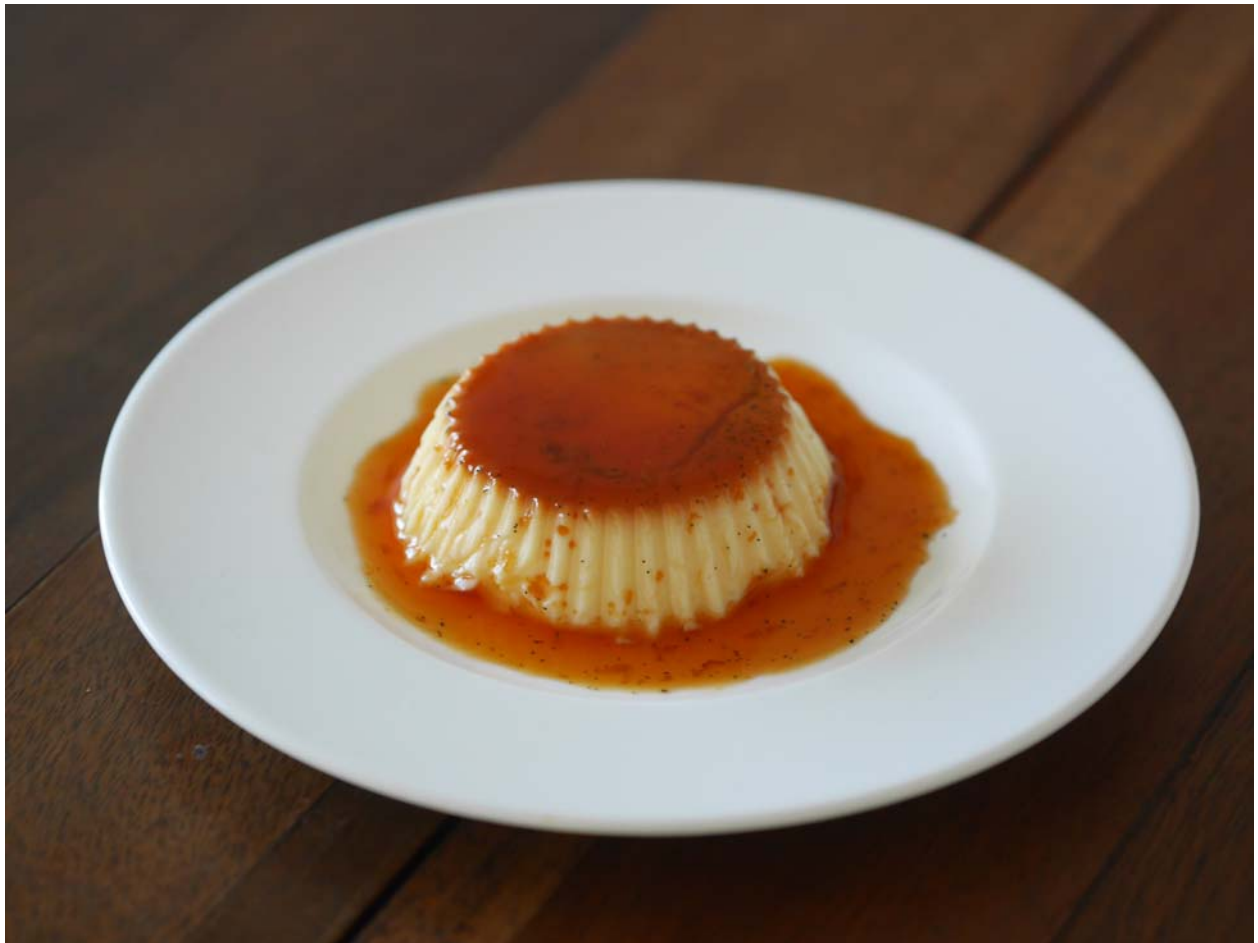


# Spanischer Karamellpudding [Flan al caramelo]



## Zutaten für 8 Stück:

2 Eier  
2 Eigelb  
1 EL Zucker  
250 ml Vollmilch  
1 Vanilleschote  
8 flexible Muffin-Förmchen  
Minze und frische Beeren für  
Deko (optional)

## Flüssiges Karamell:

80 g Zucker

1. Backofen auf 180°  
vorheizen.  
2. Vanilleschote auskratzen  
und das Mark mit 1 EL  
Zucker in einem Mörser gut  
vermengen. Eier, Eigelb,  
Zucker und Milch in einer  
Rührschüssel mit einem  
Handrührgerät cremig  
rühren.  
3. Für das Karamell den  
Zucker in einem kleinen  
Topf bei mittlerer Hitze  
schmelzen lassen. Nicht  
zu lange, es wird bitter,  
wenn es zu dunkel wird.  
4. Je 1-2 TL der Karamell-  
flüssigkeit in die  
Förmchen gießen, etwas  
abkühlen lassen und dann  
mit der Creme auffüllen,  
am besten mit einem

kleinen Schöpflöffel.  
5. Die Förmchen in einen  
Bräter stellen und  
vorsichtig heißes Wasser  
einfüllen, bis 3/4 der Höhe  
der Förmchen.  
6. Bräter waagrecht und  
sehr vorsichtig in den  
Backofen stellen, es darf  
kein Wasser in die  
Förmchen gelangen. Die  
Förmchen mit Alufolie  
abdecken und ca. 45  
Minuten garen.  
7. Bräter herausnehmen  
und die Förmchen mit  
einer Palette auf ein Gitter  
zum Abkühlen setzen.  
Nach dem Abkühlen für  
mindestens 6 h in den  
Kühlschrank geben, am  
besten aber über Nacht.

8. Zum Servieren auf  
Dessertteller stürzen und  
(optional) mit Minze und  
Beeren dekorieren.

## Hinweise:

Diese Nachspeise kann  
auch 2 Tage im Kühl-  
schrank ohne Qualitäts-  
verlust ruhen.

## Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 30  
min, Gesamtzeit ca. 24 h,  
Nachspeisen, Süßes,  
spanisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 24.01.2023