



**19. OSTEOPOROSE TAG
21. OKTOBER 2025**
WIENER RATHAUS



ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR
KNOCHEN UND MINERALSTOFFWECHSEL



Für die
Stadt Wien

WiG Wiener Gesundheitsförderung

www.oegkm.at

Rezepte für den Osteoporosetag 2025 von Franz Dallinger, BEd

KARAMELLISIERTER KÄSE



Zutaten für 4 Personen

1 Stk. Zitrone

350 g TK-Heidelbeeren

2 Thymianzweige

1 Pkt. Gelierzucker ohne Kochen für 250 g Früchte

400 g Stracchino-Käse (oder ein anderer cremiger, nicht übertrieben kräftiger Käse

3 EL Beerenauslese oder ein anderer Dessertwein oder Apfelsaft

4 EL brauner Zucker

Zubereitung:

Heidelbeeren auftauen lassen.

Drei Viertel der Beeren mit dem Gelierzucker im Mixer oder mit dem Pürierstab auf höchster Stufe 1 Minute mixen.

Thymianblättchen abstreifen und mit den restlichen Beeren unterrühren.

Mindestens 2 Stunden kaltstellen.

Käse und Dessertwein in eine hohe Schüssel geben und mit einem Handrührgerät cremig rühren.

Die Käsecrème in flache, ofenfeste Förmchen füllen.

Vor dem Servieren den Zucker über den Käse verteilen.

Crème brûlée unter dem Ofengrill, oder mit einem Gasbrenner karamellisieren.

Mit etwas Heidelbeerkompott servieren.

Zitronenschale zum Schluss ganz fein über das Dessert reiben.

Mit Minzblättern garnieren.