

# Flan oder spanischer Vanille-Pudding

Ich hatte in einem riesigen Supermarkt in Barcelona eine Familienpackung Vanille-Pudding (Flan) gekauft. Das war deutlich billiger als im spanischen ‚Fachgeschäft‘ in Deutschland eine Einzelpackung. Zuhause kam dann die Überraschung: Die Zubereitungsanleitung war nur in Spanisch und zum Teil in Französisch verfasst. Die Frage bei der Zubereitung von Puddingpulver ist ja immer: Die Milch mit dem Pulver richtig kochen oder nur stark erhitzen, damit der Pudding auch noch fest werden kann.



Die Anweisung für die konventionelle Zubereitung mittels Herdplatte ließ sich problemlos decodieren:

## 1. Konventionelle Zubereitung:

- Die Förmchen, in den man den Flan festwerden lassen möchte (500ml Fassungsvermögen) mit dem mitgelieferten Karamell-Sirup Royal austreichen.
- Man mische mithilfe eines Schneebesens
  - 500ml Milch
  - Flan-Pulverin einem Topf und bringe dies in einem Topf langsam zum kochen (ständiges Umrühren, um ein Anbrennen am Boden zu vermeiden nicht vergessen).
- Sobald die ersten Blasen aufsteigen, Topfinhalt sofort vorsichtig in die Förmchen gießen. Das dabei ein Teil des Karamell-Sirups gelöst wird lässt sich nicht verhindern, scheint aber auch gewollt zu sein.
- Die Förmchen kommen dann zum Auskühlen in den Kühlschrank, je nach Größe für 1-3 Stunden.

Die Milch unter ständigem Rühren zu kochen ist ja nun keine unlösbare Herausforderung, jedoch befand sich auf der Umverpackung noch eine Anleitung für die Zubereitung mit der Mikrowelle, in Spanisch. Einen herzlichen Dank an meine Kollegen, die jeweils eine Übersetzungen durchgeführt haben: Ich habe aus Vieren die folgenden Schritte herausgearbeitet:



## 2. Mikrowellen-Zubereitung

- Natürlich müssen die Förmchen, in denen der Flan aushärten soll, auch bei dieser Zubereitungsart mit dem mitgelieferten Karamell-Sirup ausgestrichen werden, nur kann man das jetzt auch während dem die Milch in der Mikrowelle erhitzt wird, tun!
- Zuerst
  - 250ml Milch
  - Flan-Pulverin einer mikrowellenfesten Schüssel verrühren und diese dann bei
  - 600 Watt für 3 Minutenin der Mikrowelle erhitzen.
- Schüssel aus der Mikrowelle nehmen und weitere
  - 250 ml Milchhinzufügen, gut umrühren und erneut bei
  - 600W für 3 Minutenin der Mikrowelle erhitzen.
- Den Inhalt der Schüssel nochmals(!) gut verrühren und in die vorbereiteten Förmchen gießen.
- Danach ab in den Kühlschrank (1-3 Stunden, je nach Größe der Form).

Bei der Zubereitung in Silikon-Formen reicht es, den Karamell-Sirup auf den Boden der Form zu gießen! Zum unfallfreien Lösen des Flans aus Silikonformen ist empfehlenswert einzelne Formen und keine Silikon-Matten zu benutzen (z.B.: von Lurch [Single Muffin Form](#)). Ganz verzweifelte können natürlich auch Ihre Matten auch selbst ‚vereinzeln‘. Als Warnung sei angemerkt, dass sich Teig wesentlich einfacher in Matten als in vereinzelt Muffin-Formen portionieren lässt: Matten fallen nämlich nicht um!