

REZEPT FÜR MARACUJA-MOUSSE



MARACUJA-MOUSSE

Schwierigkeitsgrad: normal

Für 4-6 Portionen | 40 Min. | + Gelierzeit

Zutaten

- 8 Maracujas (ca. 330 g)
- 3 Blatt weiße Gelatine
- 60 g SweetFamily Bio-Puderzucker
- 125 g Mascarpone
- 100 g Naturjoghurt
- 150 g Schlagsahne



68

ZUBEREITUNG

216

Kcal

pro Portion (bei
6) ca.

4

Gramm

Eiweiß

14

Gramm

Kohlenhydrate

16

Gramm

Fett

1. 6 Maracujas waschen, trocken tupfen und halbieren. Kerne und Mark auslöfeln und durch ein Sieb streichen (ergibt ca. 75 ml Maracujasaft). Fruchthälften zugedeckt zum Servieren kalt stellen.

2. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Bio-Puderzucker sieben und mit Maracujasaft, Mascarpone und Joghurt glatt rühren. Gelatine abtropfen lassen, bei schwacher Hitze auflösen und 2 EL Creme unterziehen. Dann diese Masse unter die übrige Creme ziehen und ca. 10 Minuten kalt stellen, bis sie leicht zu gelieren beginnt.

3. Sahne steif schlagen, unter die Creme ziehen und ca. 3 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen. Zum Servieren Mousse mit einem Esslöffel oder Eiskugelportionierer auf die Maracujahälften verteilen. Übrige Maracujas halbieren und Mark herauslösen, über die Mousse löfeln.

Tipp:

Keine Angst vor Gelatine, so geht es ganz leicht: Wir verarbeiten am liebsten Blattgelatine, weil sie besser portionierbar ist. Dafür die Blätter in reichlich kaltem Wasser ca. 5 Minuten einweichen, sie sollen dabei ganz mit Wasser bedeckt sein. Dann Blätter herausheben, je nach Rezept einfach etwas abtropfen lassen oder leicht ausdrücken. In einem kleinen Topf bei schwacher bis mittlerer Hitze unter Rühren erwärmen, bis sich die Gelatine verflüssigt, das geht in der Regel sehr schnell. Dabei darauf achten, dass sie nicht zu heiß wird, denn Gelatine, die kocht, verliert ihre Gelierfähigkeit.

Nun den Topf vom Herd nehmen und ca. 2 EL

REZEPT FÜR MARACUJA-MOUSSE

der zu gelierenden Creme unterrühren. Sollten sich die beiden Massen nicht gut verbinden, sondern Klümpchen entstehen, kein Problem: Das Ganze einfach nochmals kurz auf dem Herd unter Rühren leicht erwärmen, bis es glatt ist. Nun diese Masse unter Rühren zur übrigen Creme geben, dabei am besten mit einem Teigschaber aus Silikon oder Gummi alle Reste aus dem Topf auskratzen. Die Gelatinemenge ist in den meisten Rezepten sehr gering, da können schon 1-2 Teelöffel Masse, die im Topf zurückbleiben, einen Unterschied in der Bindung ausmachen.

Die so verrührte Creme kurz kaltstellen, bis sie zu gelieren beginnt. Das erkennt man daran, dass sich eine leichte Spur bildet, wenn man mit einem Löffel hindurchzieht. Nun die geschlagene Sahne am besten mit einem Teigschaber nur kurz locker unterheben.

Mousse zum Gelieren kalt stellen, dabei die Schüssel am besten abdecken, damit sie keine Gerüche aus dem Kühlschrank annimmt. Die Mousse kann problemlos einen Tag im Voraus zubereitet werden, das sorgt für Entspannung beim Servieren.