

Limetten-Joghurtmousse mit Heidelbeeren

Zutaten für die Joghurtmousse (für 4 Personen):

- 3 Blatt Gelatine
- Bio-Limette
- 150 g Schlagsahne
- 20 g Zucker
- 2 Eiweiß
- 150 g Naturjoghurt
- 150 g Crème fraîche
- 50 g Puderzucker

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Schale der Limette abreiben, den Saft auspressen. Sahne und Eiweiß getrennt steif schlagen. Die Sahne dabei zuckern. Joghurt und Crème fraîche mit Limettenschale, Limettensaft und Puderzucker in einer Schüssel verrühren.

Gelatine ausdrücken, in einen Topf geben und auf einer warmen Herdplatte tropfnass auflösen. Anschließend zur Creme geben. Die Sahne vorsichtig mit der Creme verrühren, dann den Eischnee langsam unterheben. Die Mousse mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.

Zutaten für die Heidelbeeren:

- 100 g Heidelbeeren
- 1 kleine Chilischote
- 1 TL Puderzucker
- 2 EL gutes Olivenöl

Heidelbeeren waschen und trocknen, in eine flache Schüssel geben und mit einem Kartoffelstampfer oder einer Gabel etwas zerdrücken. Chilischote entkernen und fein würfeln. Olivenöl, Puderzucker und Chili mit den Beeren vermengen.

Die Mousse in Gläser füllen, die Heidelbeeren darauf geben. Vor dem Servieren nach Belieben mit kleinen Sahnetupfern dekorieren.

Sendung/Quelle: DAS! Kochstudio

Sendetermin: 26.03.2024

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen