Rezept

Joghurt-Mousse mit Mohn

Ein Rezept von Joghurt-Mousse mit Mohn, am 29.04.2024

Zutaten

1	Vanilleschote
2 EL	Zucker
400 g	Naturjoghurt (3,5 % Fett)
1	Stängel Zitronenmelisse
	Küchentuch aus Stoff
2 EL	Mohnsamen
100 g	Sahne
250 g	Früchte der Saison (z. B. Erdbeeren, Johannisbeeren, Pfirsiche)
	Küchensieb plus Auffangschüssel

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

Zubereitung

1. Am Vorabend die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Das Vanillemark mit Mohn und Zucker im Blitzhacker fein mahlen. Die Sahne cremig (nicht steif) aufschlagen. Den Joghurt in einer Schüssel mit der Mohnmischung verrühren und die cremige Sahne unterheben. Das Sieb mit dem Küchentuch auslegen, die Joghurt-Sahne-Mischung hineinfüllen und mit den Ecken des Küchentuchs abdecken. Das Sieb in eine Schüssel hängen und über Nacht in den Kühlschrank stellen, damit die Molke abfließen kann und eine luftige Creme entsteht.

2. Zum Servieren die Früchte waschen, eventuell schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf zwei Teller verteilen. Aus der Joghurt-Mousse mit zwei Esslöffeln Nocken formen und auf den Früchten anrichten. Melisseblättchen abzupfen, abreiben und die Mousse damit garnieren.