Rezept

Kokosmousse mit Mangosauce

Ein Rezept von Kokosmousse mit Mangosauce, am 12.10.2024

Zutaten

3 Blatt	weiße Gelatine
80 g	Zucker
250 g	Crème fraîche
1	Mango
1 EL	Puderzucker
4	sehr frische Eiweiß (Größe M)
100 g	Kokosraspel
100 g	Sahne
1	Bio-Limette
50 ml	Kokosmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 425 kcal

Zubereitung

1. Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken. 10 Minuten stehen lassen, bis die Blätter weich sind.

2. Die Eiweiße mit dem Zucker zu steifem Schnee schlagen, die Kokosraspel unterheben. Die Crème fraîche mit der Sahne glatt rühren.

3. Gelatine tropfnass in ein Pfännchen geben, 2 EL Wasser dazulöffeln. Gelatine bei schwacher Hitze erwärmen, bis sie sich auflöst. (Nicht zu heiß werden lassen, sonst kann sie nicht mehr gelieren.) Mit etwa 2 EL von der Creme verrühren, dann unter die ganze Creme mischen, Eischnee unterheben. Die Mousse in Förmchen oder Gläser (je etwa 150 ml Inhalt) füllen und in mindestens 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

4. Für die Sauce die Mango schälen und das Fruchtfleisch vom Kern abschneiden. Limette heiß waschen und die Schale fein abreiben, den Saft von einer Hälfte auspressen. Alles mit dem Puderzucker und der Kokosmilch fein pürieren.

5. Mousse mit einem Messer vom Rand der Förmchen lösen. Auf Teller stürzen und die Sauce rundherum gießen.