

Rezept

Holunderblütenmousse

Ein Rezept von Holunderblütenmousse, am 09.06.2026

Zutaten

2 Blatt Gelatine

150 g Sahnejoghurt (10 % Fett)

1 EL Puderzucker

4 EL Milch

100 ml Holunderblütensirup

150 g Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Gläser (je ca. 150 ml Inhalt) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Die Gelatine in der Milch ca. 10 Min. einweichen und anschließend bei mittlerer Hitze darin auflösen. Den Joghurt mit dem Sirup und dem Puderzucker glatt rühren. Die aufgelöste Gelatine unterrühren.

2. Die Sahne mit den Schneebesen des Handrührgeräts steif schlagen und unterheben. Die Holunderblütenmousse auf Gläser verteilen und mindestens 3 Std. kühl stellen.