

Rezept

Joghurt-Mousse mit Sanddorn

Ein Rezept von Joghurt-Mousse mit Sanddorn, am 29.03.2023

Zutaten

6 Zweige Sanddorn (nur die äußeren Spitzen; ca. 300 g Früchte)	50 g Zucker
1 geh. TL Speisestärke	50 g Honig
300 g griechischer Joghurt	3 Blatt Gelatine
1/2 TL Zimtpulver	50 g Zucker
	200 g Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag für die Sauce von den dornigen Sanddornzweigen die Blätter entfernen und die Zweige am besten über Nacht in das Tiefkühlfach legen.
2. Die Sanddornfrüchte abzupfen und waschen, in einem kleinen Topf mit Wasser bedeckt zum Kochen bringen und zugedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen. Den Sanddorn in ein Sieb abgießen, dabei den Saft auffangen, und die Früchte durch das Sieb streichen. Den Saft mit Zucker und Honig zum Kochen bringen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, zur Sauce geben und unter Rühren aufkochen lassen. Die Sanddornsauce in einem kalten Wasserbad abkühlen lassen.
3. Währenddessen für die Mousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Joghurt mit Zucker und Zimt verrühren. Die Gelatine tropfnass in einen Topf geben, erhitzen und unter Rühren auflösen. 5 EL Joghurtmasse in ein Schälchen geben und die Gelatine untermischen. Die Mischung unter die restliche Joghurtmasse rühren und ca. 10 Min. kühl stellen.
4. Inzwischen die Sahne mit den Quirlen des Handrührgeräts steif schlagen. Die Joghurtcreme durchrühren und die Sahne unterheben. Die Mousse abwechselnd mit der Sanddornsauce in vier Gläser füllen. Zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen und dann servieren.