

Rezept

Veganes Schoko-Nougat-Mousse mit Mangoschaum

Ein Rezept von Veganes Schoko-Nougat-Mousse mit Mangoschaum, am 18.12.2025

Zutaten

600 ml aufgeschlagene Pflanzensahne

100 g vegane Nougatschokolade (Bioladen)

1 Msp. Bourbonvanillepulver

1-2 TL Agar-Agar

Agavendicksaft (nach Belieben)

2 CO-Kartuschen

1 Dessertring (8- cm Ø)

3 Pck. Sahnefestiger (bei Bedarf, Packungsanweisung der Sahne beachten)

200 g Bitterschokolade (mind. 70 % Kakaoanteil)
Agavendicksaft

1 sehr reife Mango (ersatzweise 50 g Mangomark, Bioladen)

1 Sahnesiphon

Früchte zur Deko (z. B. 4 Physalis oder 50 g Himbeeren)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 995 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag oder morgens am Tag des Essens für die Nougatmousse 400 g Sahne steif schlagen. Die Schokolade hacken und im Wasserbad vorsichtig schmelzen. Die lauwarme Schokolade und das Vanillepulver unter die Sahne heben und die Mischung erneut gut aufschlagen. Sollte die Masse zu herb sein, mit Agavendicksaft süßen.
2. In einem kleinen Topf die übrige Sahne mit dem Agar-Agar verrühren, aufkochen und 1 Min. unter ständigem Rühren köcheln lassen. Sollte die Masse zu schnell eindicken, mit wenig Wasser verdünnen. Vom Herd nehmen und lauwarm abkühlen lassen, dabei immer wieder umrühren. Die Agar-Sahne unter die Schokoladensahne heben und alles erneut gut aufschlagen. Die Mousse mindestens 5 Stunden oder über Nacht kalt stellen.
3. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und mit 100 ml Wasser sehr fein pürieren. Die Mischung (oder das fertig gekaufte Mangomark) durch ein feines Sieb passieren und gegebenenfalls mit etwas Agavendicksaft abschmecken.
4. Das Mangomark in den Sahnesiphon füllen und 2 CO₂-Kartuschen einsetzen. Gut schütteln und den Siphon mindestens 1 Std. kalt stellen.
5. Zum Servieren die Früchte falls nötig waschen und trocken tupfen. Portion für Portion den Dessertring auf je einen vorgekühlten Teller setzen, ein Viertel der Mousse einfüllen, mit einem Löffel etwas andrücken und den Ring abziehen. Jeweils etwas von der Mango-Air in eine Schüssel sprühen und mit einem Löffel vorsichtig als Spiegel um die Mousse herum verteilen. Das Ganze mit ein paar Früchten garnieren und sofort servieren.