Rezept

Wildheidelbeermousse mit Jogurt

Ein Rezept von Wildheidelbeermousse mit Jogurt, am 11.06.2025

Zutaten

2,5 Blatt	Gelatine
2,5 EL	frischer Limetten- oder Zitronensaft (getrennt)
200 g	Sahnejogurt (am besten griechischer)
250 g	Wildheidelbeeren (getrennt)
90 g	weißer Zucker
200 g	Schlagsahne (plus optional mehr zur Deko)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4-6 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Die Gelatineblätter in einer Schüssel mit kaltem Wasser 10 Min. einweichen lassen.

2. 150 g der Wildheidelbeeren waschen, abtropfen lassen und in einem hohen Gefäß pürieren, dann durch ein feines Metallsieb streichen und auffangen, Schalenreste im Sieb entsorgen. 75 g Zucker unterrühren.

3. Die Gelatine tropfnass in einem kleinen Topf erwärmen, bis sie sich vollständig verflüssigt hat, dann den Topf vom Herd ziehen und 2 EL vom Fruchtpüree gut unterrühren.

4. Nun zuerst den Jogurt ins Heidelbeerpüree rühren bis alles gut vermengt ist, dann erst die aufgelöste Gelatine-Heidelbeermischung einrühren (gründlich!). Kalt stellen, bis die Masse zu gelieren beginnt (nach etwa 15-30 Minuten).

5. 200 g Schlagsahne steif schlagen und erst ein Drittel mit einem Schneebesen unter die Heidelbeermasse rühren, dann den Rest behutsam unterheben - die Mousse soll so luftig wie möglich bleiben. In Gläser oder Dessertförmchen füllen und am besten (abgedeckt) über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.

6. Vor dem Servieren die restlichen 100 g Heidelbeeren waschen, abtropfen lassen und zusammen mit 1,5 EL Limettensaft und 1 EL Zucker in einem kleinen Topf erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Abkühlen lassen.

7. Möchte man die Mousse stürzen, empfiehlt sich kurzes Anfrieren bevor man die Form kurz in heißes Wasser taucht. Mit den Heidelbeeren und - optional - geschlagener Sahne servieren.