

Blütenhonig - Mousse

Rezept für 4 Personen

2	Blätter	Gelatine
2	Stk	Eigelb
80	g	Blütenhonig
½	Päckchen	Vanillezucker
½	Stk	Orange, davon abgeriebene Schale
200	g	Magerquark
1	dl	Rahm
Sauce:		
1	Stk	Kaki vollreif
½	dl	Orangensaft
		Honig nach Belieben zum Süssen



Zubereitung

Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen.

Eigelb, Honig und Vanillezucker zu einer hellen, dicklichen Creme aufschlagen; das dauert auch mit dem Mixer ca. 5 Minuten. Die Orangenschale und den Quark unter die Masse rühren.

In einer kleinen Pfanne die Gelatine in wenig Wasser bei kleiner Hitze auflösen. Einige Esslöffel Quarkcreme zur Gelatine rühren, dann diese Mischung tropfweise unter die restliche Quarkcreme rühren. Kühl stellen, bis die Creme dem Rand entlang zu gelieren beginnt.

Den Rahm steif schlagen. Sorgfältig unter die Quarkcreme ziehen. Die Creme in einen Spritzsack füllen und portionsweise in Gläser oder kleine Formen füllen. Vorsichtig mit Klarsichtfolie decken und mindestens 5 Stunden kühl stellen.

Für die Sauce; die Kaki vierteln. Den Blattansatz, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch aus der dünnen Haut schneiden. In einen hohen Becher geben, den Orangensaft beifügen und alles fein pürieren. Nach Belieben mit wenig Honig süssen.

Das Püree in einen Spritzsack füllen und portionsweise auf die Mousse geben.

Tipp

Für dieses Rezept ist auch Orangenblüten oder Akazienhonig sehr gut geeignet.

Nährwert pro Portion

Kalorien	274
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiss	8 g
Fett	12 g