

Joghurt-Mousse

mit frischen Erdbeeren

Zutaten für 6 – 8 Gläser

Für die Joghurt-Mousse

200 g STERNENFAIR Chiemseer Naturjoghurt
150 g feiner Zucker
4 Blätter weiße Gelatine
40 ml Zitronensaft (1 große Zitrone)
400 g Sahne



Für die Erdbeersauce

150 g frische Erdbeeren
1 – 2 EL Holunderblütensirup oder feiner Zucker,
je nach Süße
1 kleiner Spritzer Zitronensaft

Zum Garnieren

100 g frische Erdbeeren
Frische Minze oder
Zitronenmelisse

- 1.** Den Joghurt und den Zucker in einer Schüssel glattrühren und einige Minuten stehen lassen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Die Gelatineblätter etwa 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen.
- 2.** Den Zitronensaft auspressen und in einen kleinen Topf geben. Die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und zusammen mit dem Zitronensaft langsam erhitzen und auflösen. 2 – 3 EL Joghurt abnehmen und zügig unter das warme Gelatinegemisch rühren, dann sofort mit einem Schneebesen kräftig unter den restlichen Joghurt rühren.
- 3.** Die Joghurtmasse etwa 25 – 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Der Joghurt sollte am Schüsselrand entlang gelieren, aber mittig noch flüssig sein. Am besten öfters kontrollieren.
- 4.** Zwischenzeitlich die Sahne mit den Quirlen des Handrührgerätes steif schlagen. Die leicht gelierte Joghurtmasse gut durchrühren. Nach und nach mit einem Schneebesen die Schlagsahne unterheben. Zum Schluss die Mousse mit den Quirlen des Handrührgerätes kurz und gleichmäßig durchrühren.
- 5.** Die Joghurtmousse in Gläser füllen und mindestens 5 – 6 Stunden, am besten über Nacht in den Kühlschrank stellen.

6. Für die Erdbeersauce die Erdbeeren putzen und mit dem Holunderblütensirup und 1 kleinen Spritzer Zitronensaft pürieren.

7. Vor dem Servieren die Erdbeersauce auf der Joghurtmousse verteilen und nach Belieben mit Erdbeeren und Minze garnieren.

Tipp

Zu der Joghurt-Mousse schmecken je nach Saison auch hervorragend frische Himbeeren, Heidelbeeren, Brombeeren oder marinierte Orangenfilets.

Die Joghurt-Mousse hält sich im Kühlschrank mindestens 3 – 4 Tage.

Gutes Gelingen und einen guten Appetit wünscht Ihnen

Irmi Rumberger und das sternenfair Team