

## Heidelbeer - Quark - Mousse

Zutaten für: 1 Keine Angabe

75	Gramm	TK-Heidelbeeren
125	Gramm	Speisequark (20% Fett)
1/2		Zitrone (unbeh.)
1		Ei
25	Gramm	Zucker
2	Barlöff.	Weißer Gelatine
1/2	Barlöff.	Rote Gelatine

### Anleitung:

1. 50 g Heidelbeeren pürieren und mit Quark, etwas abgeriebener Zitronenschale, Zitronensaft, Eigelb und Zucker verrühren. Die eingeweichte, aufgelöste Gelatine unterziehen. Kalt stellen, bis die Creme gerade zu gelieren beginnt. Eischnee schlagen und unterheben. 2-3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

2. 8 Nocken abstechen, je 2 mit ein paar Heidelbeeren auf Tellern anrichten.

Pro Person: 100 kcal / 420 kJ

Zubereitungszeit: 3 Stunden