

Zucchini - Mousse

Kategorien: Mousse, Gemüse, Küche

Zutaten für: 4 Portionen

300	Gramm	Zucchini	
1	klein.	Zwiebel(n)	
1		Zehe/n	Knoblauch
1	Teel.	Butter	
1	Spritzer	Zitronensaft	
30	ml	Brühe	
4	Blätter	Gelatine	
150	ml	Sahne	
	Etwas	Pfeffer	
	Wenig	Salz	

Anleitung:

Pfiffige Vorspeise oder Beilage Zucchini waschen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch rüsten und fein schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Zucchinistücke darin einige Minuten andämpfen. Mit Brühe, Zitronensaft ablöschen und zugedeckt bei kleiner Hitze 15 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Topf vom Herd nehmen und etwas auskühlen lassen. Masse pürieren und mit Pfeffer, wenig Salz und evtl. Zitronensaft abschmecken. Gelatine tropfnass auf dem Herd oder in der Mikrowelle vorsichtig auflösen. Etwas Zucchini-püree dazugeben und gut verrühren. Nach und nach restliche Püree dazugeben und immer gut rühren, damit sich die Gelatine gut verteilt. Masse im Kühlschrank abkühlen lassen bis sie an den Rändern anfängt zu gelieren.

Sahne steif schlagen und unter das Püree heben. Kleine Förmchen leicht einfetten und mit Frischhaltefolie auslegen. Mousse vorsichtig in die Förmchen verteilen und mindestens 2 Stunden kühl stellen. Danach auf ein Teller stürzen und nach Belieben garnieren.

Zubereitungszeit: 30 Min.

Ruhezeit: 3 Std.

Schwierigkeitsgrad: normal

Brennwert p. P.: keine Angabe