

Rüebli-Ingwer-Mousse

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.
Kühl stellen: ca. 3 Std.
Für eine Schüssel von ca. 1 Liter
Vorspeise für 4 Personen

1 Esslöffel Butter

500 g Rüebli, in ca. 3 mm
dicken Scheiben

2 Esslöffel Ingwer,
fein gerieben

3 dl Rüebli-saft

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

3 Blatt Gelatine, ca. 5 Min.
in kaltem Wasser
eingelegt, abgetropft

2 dl Vollrahm

wenig Brunnenkresse
oder Kresse

einige Tropfen Olivenöl

wenig Fleur de Sel

1. Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Rüebli ca. 5 Min. andämpfen. Ingwer und Rüebli-saft begeben, aufkochen. Hitze reduzieren, Rüebli zugedeckt ca. 20 Min. weich köcheln, pürieren, würzen.
2. Gelatine darunterrühren, auskühlen, zugedeckt ca. 1 Std. kühl stellen, bis die Masse am Rand leicht fest ist, glatt rühren.
3. Rahm steif schlagen, unter die Masse ziehen, in die Schüssel geben, zugedeckt ca. 2 Std. kühl stellen.

Servieren: Mousse mit 2 Esslöffeln abstechen, mit Brunnenkresse, Öl und Fleur de Sel garnieren.

Lässt sich vorbereiten: Mousse ca. 2 Tage im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Pro Person: 22 g Fett, 3 g Eiweiss,
16 g Kohlenhydrate, 1130 kJ (270 kcal)

