

Süsse Auberginenmousse mit Himbeersauce

Autor: KOCHEN



ZUTATEN

1 Aubergine, ca. 250 g schwer
2 Teelöffel Honig
3 Blatt Gelatine
2 Esslöffel Zitronensaft
2 dl Rahm
1 Teelöffel Vanillepaste,
ersatzweise 1 Esslöffel
Vanillezucker
1 Messerspitze Zimtpulver
1 Eiweiss
60 g Zucker

Himbeersauce

400 g Himbeeren
2 Esslöffel Zucker
1 Esslöffel Zitronensaft

Für den Kleinhaushalt

3 Personen: Zutaten halbieren.

Info

Pro Portion

31 g Eiweiss
12 g Fett
3 g Kohlenhydrate
243 kKalorien
1017 kJoule

ZUBEREITUNG

Für 6 Personen

- 1 Die Aubergine der Länge nach halbieren und auf den Schnittflächen kreuzweise 4–5-mal einschneiden. Die Auberginenhälften mit Honig bestreichen, die Schnittflächen wieder aufeinanderlegen und die Aubergine satt in Alufolie einwickeln.
- 2 Die Aubergine im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 45 Minuten backen.
- 3 Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen.
- 4 Das weiche Fruchtfleisch aus den Auberginenhälften herauskratzen, in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer fein pürieren.
- 5 Den Zitronensaft in einem Pfännchen kurz aufkochen lassen, dann die leicht ausgedrückten Gelatineblätter beifügen und auf kleinem Feuer unter Rühren auflösen. 2–3 Löffel Auberginenpüree unterrühren, dann diese Mischung unter das noch warme Auberginenpüree rühren, in eine Schüssel umfüllen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.
- 6 Den Rahm mit der Vanillepaste oder dem Vanillezucker sowie dem Zimt steif schlagen.
- 7 Das Eiweiss steif schlagen. Dann nach und nach löffelweise den Zucker einrieseln lassen und die Masse zu einem festen, glänzenden Eischnee schlagen.
- 8 Den Rahm unter das ausgekühlte Auberginenpüree rühren. Dann das Eiweiss sorgfältig unterziehen. Die Auberginenmousse in der Schüssel oder in Portionenförmchen abgefüllt und zugedeckt im Kühlschrank 5 Stunden kalt stellen.
- 9 Für die Sauce die Himbeeren mit dem Zucker und dem Zitronensaft in einem hohen Becher pürieren. Dann durch ein Sieb streichen, um die Kerne zu entfernen. Das Püree bis zum Servieren kühl stellen.
- 10 Von der Mousse mit einem in heisses Wasser getauchten Löffel Nocken abstechen und mit der Himbeersauce auf Tellern anrichten. Wurde die Mousse in Portionenförmchen abgefüllt, diese kurz in heisses Wasser stellen, dann die Mousse auf Teller stürzen und mit Himbeersauce umgossen.