




Buttermilchmousse mit gegrilltem Pfirsich



 Zeit gesamt
1h

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Blattgelatine	4 St.
Limetten	1 St.
Buttermilch	250 ml
Puderzucker	40 g
Schlagsahne	200 g
Pfirsiche	4 St.

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, Handrührgerät mit Schneebesens

1. In einer Schüssel Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Limette heiß abwaschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. In einer weiteren Schüssel Buttermilch mit Puderzucker, Limettenschale und -saft gut verrühren.
2. In einem Topf die Gelatine tropfnass auf kleiner Stufe auflösen. Unter die Buttermilchmasse rühren und diese kalt stellen.
3. Inzwischen in einer Schüssel Schlagsahne mit einem Handrührgerät steif schlagen. Sobald die Buttermilch zu gelieren beginnt, steif geschlagene Sahne unterheben. Buttermilchmousse bis zum Servieren kühl stellen.
4. Pfirsiche waschen, halbieren und entkernen. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Pfirsiche auf der Schnittfläche ca. 3–4 Min. anbraten.
5. Pfirsichhälften auf Teller anrichten und mit jeweils eine Nocke Mousse servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Statt Buttermilch eignet sich auch Kefir. Dadurch erhält die Mousse einen besonderen Geschmack.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 222 kcal

Kohlenhydrate 34 g

Eiweiß 8 g

Ballaststoffe 3 g

Fette 8 g
