

## Veganes Schokomousse





Zubereitungszeit 15min





## Zutaten

für 4 Portionen

Kichererbsen aus der Do	se 265 g
Sahnesteif	2 TL
Zucker	2 EL
Kuvertüre, zartbitter	120 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, hohes Gefäß, mittlerer Topf, Sieb, SILVERCREST Handrührgerät mit Schneebesen

- 1. Kichererbsen in ein Sieb abgießen, dabei das Wasser auffangen. Kichererbsen anderweitig verwenden.
- 2. In einem hohen Gefäß Kichererbsenwasser, Sahnesteif und Zucker ca. 5 Min. mit einem Handrührgerät mit Schneebesen luftig aufschlagen.
- 3. In einem Topf ca. 1 I Wasser aufkochen. Kuvertüre grob hacken und in einer Schüssel über dem kochenden Wasser schmelzen lassen.
- 4. Kuvertüre ca. 3–4 Min. abkühlen lassen und vorsichtig unter den Kichererbsenschaum heben. Für ca. 1 Sunde in den Kühlschrank geben.
- 5. Sobald das Schokoladenmousse fest geworden ist, servieren.

**Guten Appetit!** 

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	289 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	13 g