

Joghurtmousse mit Rhabarber-Himbeerkompott



Herrlich spritzig und erfrischend

Der fein säuerliche Rhabarber harmoniert sehr gut mit Milchprodukten. Nicht nur geschmacklich passen Joghurt und Rhabarber zusammen. Der cremige Joghurt verbindet sich sehr gut mit der Oxalsäure aus den sauren Stangen, so dass der Rhabarber für uns bekömmlicher wird. Geschmacklich liebe ich die Verbindung mit Himbeeren. Dazu können frische Himbeeren verwendet werden oder Himbeersirup. Zum Andicken des Kompotts habe ich diesmal Flohsamenschalen genommen, weil davon nur sehr wenig gebraucht wird. Ein 1/2 Teelöffel genügt für 500 g Kompott. Statt Flohsamenschalen können auch Apfelpektin, Johannisbrotkernmehl oder Gelatine verwendet werden.

Hier unsere heutige Rezeptur für „Joghurtmousse mit Rhabarber-Himbeerkompott“:

Zutaten

Für 4 Personen:

Für die Mousse:

- 250 ml Joghurt
- 125 ml Sahne
- 50 g Zucker
- ½ TL Vanillemark oder Vanillepulver
- Saft und Abrieb einer Bio-Zitronenschale
- 2 Blatt Gelatine

Für das Kompott:

- 500 g Rhabarber
- 300 ml Rhabarbersaft (oder Apfelsaft)
- 100 g Himbeeren
- 50 ml Himbeersirup (wer es süßer mag, nimmt mehr)
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Etwas Zimt
- Optional: Abrieb einer halben Bio-Limette
- Zum Binden: 1 TL Flohsamenschalen (oder Johannisbrotkernmehl, Agar Agar oder Gelatinepulver)

Zubereitung

Für die Joghurtmousse die Gelatine in kaltem Wasser 5 Minuten einweichen.

Die Schale der Zitrone abreiben, dann den Saft auspressen.

Den Zucker mit 2 EL Wasser, Vanillemark, Zitronensaft und den Zitronenabrieb in einem kleinen Topf etwas erhitzen und die eingeweichte, ausgedrückte Gelatine darin auflösen. 2 EL Joghurt zügig in die warme Gelatine rühren. Zusammen mit dem restlichen Joghurt in eine Schüssel füllen verrühren. Ca. 15 Minuten abgekühlt stehen lassen bis das Mousse zu gelieren beginnt. Die Sahne steif schlagen und unter den Joghurt heben. Mindestens 2 Stunden kühlen.

Für das Kompott den Rhabarber waschen und in 0,5-1cm große Stücke klein schneiden und in Himbeersirup 30 Minuten einlegen.

Den Rhabarbersaft mit Vanillezucker, Zimt, Limettenabrieb und 1 TL Flohsamenschalen rührend aufkochen. Anschließend die eingelegten Rhabarberstückchen mit dem Sirup hinzugeben und 1 Minute kochen lassen. Den Topf beiseitestellen und komplett auskühlen lassen.

Vor dem Servieren die frischen Himbeeren zugeben. Auf dem Kompott eine Nocke von der Joghurtmousse setzen. Eventuell mit Minzblättern verzieren.