

Mousse au Chocolat aus Kichererbsen



ZUBEREITUNG

Schmelzen Sie die Schokolade mit dem Kokosblütenzucker im Wasserbad und lassen Sie die Masse auf Zimmertemperatur abkühlen.

Schlagen Sie den erkalteten Kichererbsensud mit einem Handmixer zu einer Art Eiweiss.

Geben Sie die geschmolzene Schokolade hinzu und heben Sie diese langsam unter.

Fügen Sie den Zitronensaft hinzu.

Die Mousse in kleine Gläser füllen und mindestens 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

TIPP

Statt dunklem Kichererbsenmousse kann man auch helle Schokolade verwenden. Empfehlenswert ist dann die Verwendung von Ahornsirup (ca. 20 g) statt Kokosblütenzucker.

ZUTATEN

200 g Dunkle Schokolade 75 %

140 g Kichererbsensud (Wasser von gekochten Kichererbsen)

30 g Kokosblütenzucker

1 EL Zitronensaft

Arbeitszeit:

30 min

Kühlzeit:

3 Stunden

Rezept von:

Sendung Doctor's Kitchen Talk