




Spargel-Mousse

Eine pikante Vorspeise mit Spargel und Lachs.

etwa 8 Portionen    etwas Übung erforderlich bis 40 Minuten



Zutaten:

Für die Silikon-Herzform 8er:

Silikon Herzform, 8er

Roter Spiegel:

175 ml Rote-Bete-Saft

Salz

1 Btl. Dr. Oetker Gelatine fix (15 g)

Mousse:

500 g weißer oder grüner

Spargel

100 ml Gemüsebrühe

50 g geräucherter Lachs

Bärlauchblätter

150 g Dr. Oetker Crème légère

Saft von 1 Limette oder Zitrone

1 Btl. Dr. Oetker Gelatine fix

Zucker

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Außerdem:

Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

3 EL Balsamico Bianco

100 g geräucherter Lachs

1 Vorbereiten:

Die Silikon-Herzform mit kaltem Wasser ausspülen und auf ein Brett oder eine Platte stellen.

2 Roter Spiegel:

Rote-Bete-Saft mit Salz würzen und mit Gelatine fix 1 Min. verrühren. Den Saft gleichmäßig in die ausgespülten Herzen füllen und in den Kühlschrank stellen.

3 Mousse:

Spargel schälen (grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen). Das untere Drittel jeder Stange in kleine Stücke schneiden und 200 g abwiegen. Spargelköpfe beiseitestellen. Die Brühe zum Kochen bringen und die Spargelstückchen bei schwacher Hitze etwa 5 Min. kochen. Spargelstückchen auf einem Sieb abtropfen und abkühlen lassen, Flüssigkeit dabei auffangen.

4 In der Zwischenzeit den Lachs in feine Streifen oder Würfelchen schneiden. Bärlauch verlesen, waschen, gut abtropfen lassen und sehr fein schneiden.



Versuchsküche Rezepte und Tipps

- 5 Spargelbrühe mit Crème légère und Limetten- oder Zitronensaft verrühren und mit Gelatine fix mit einem Pürierstab etwa 1 Min. schaumig mixen. Mousse mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Spargel- und Lachsstückchen sowie den Bärlauch unterrühren und alles gleichmäßig in den Herzen verteilen. Mind. 1 Std. in den Kühlschrank stellen.
- 6 Übrige Spargelstangen schräg in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden (sehr dünnen Spargel ganz lassen oder nur längs halbieren) und in einer heißen Pfanne in etwas Öl von beiden Seiten anbraten. Mit Salz, Pfeffer würzen, 1/2 Teelöffel Zucker darüberstreuen und mit Balsamico-Essig ablöschen. Spargelscheiben in dem Sud etwas abkühlen lassen, dann mit dem Räucherlachs auf Tellern anrichten.
- 7 Spargel-Mousse-Herzen mit einem spitzen Messer lösen, auf eine mit kaltem Wasser abgespülte Platte oder ein Brett stürzen und mit einem angefeuchteten Tortenheber auf die vorbereiteten Teller umsetzen.

