



## Zweierlei Mousse mit Knusper & Frucht



### Zutaten für die Helle TonkaBohnen-Mousse:

- 400 g Seidentofu
- 125 g Kakaobutter
- 1-2 kl. Tassen starken Espresso
- Etwas Mandel-Kaffee-Öl
- 1/2 Tl. Vanille
- 0,4 g Tonkabohne
- Ca. 100 g Ahornsirup

Sabine Lippertz  
Vorm Eickerberg 72  
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>  
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>  
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>  
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



### **Vorbereitung – Helle TonkaBohnen-Mousse:**

- ✓ Kakaobutter in der Warmhalteschublade in einem geeigneten Gefäß schmelzen, Vorsicht nicht zu heiß werden lassen
- ✓ Tonkabohne mit einer feinen Reibe, abreiben – vorsichtig dosieren, nicht pur essen!
- ✓ Espresso zubereiten und etwas abkühlen lassen

### **Zubereitung – Helle TonkaBohnen-Mousse:**

- ✓ Seitentofu, geschmolzene Kakaobutter, Espresso, Vanille, Tonkabohnenabrieb und Ahornsirup in einen großen Mixbecher (optimal ist ein Hochleistungsmixer) füllen, kräftig pürieren.
- ✓ In eine flache große Schale füllen und in den Kühlschrank stellen, dann zieht sie schneller an, alternativ am Tag vor dem geplanten Verzehr zubereiten und länger kühl stellen.

Sabine Lippertz  
Vorm Eickerberg 72  
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>  
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>  
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>  
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved



### Zutaten für die Schoko Mousse

- 400 g Seidentofu
- 2 Tafeln dunkle Schokolade 92 % - z.B. Vivani
- Ca. 100 g Ahornsirup, sorry, ich mach's immer nach Gefühl
- ½ Tl. Vanille
- Je Portion 5 gefrorene Himbeeren

### Vorbereitung – Schoko Mousse:

- ✓ Schokolade in der Warmhalteschublade in einem geeigneten Gefäß schmelzen, Vorsicht nicht zu heiß werden lassen

### Gläser bereit stellen – sie müssen ausreichend groß sein, weil noch Kekse und die helle Mousse dazu kommen.

### Zubereitung – Schoko-Mousse:

- ✓ Seidentofu, geschmolzene Schokolade, Vanille und Ahornsirup in einen großen Mixbecher füllen, kräftig pürieren.
- ✓ In die Gläser die gefrorenen Himbeeren einfüllen, Schokomousse einfüllen (dabei dran denken, es kommen noch Kekse und Tonkabohnen – Mousse ins Glas)
- ✓ Auf die gefrorenen Himbeeren die Schokomousse geben.
- ✓ In den Kühlschrank stellen



### Zutaten für das Mandelkrokant

- 100 g Mandelblättchen oder nach Belieben
- 80-100 g Ahornsirup

### Zubereitung:

- ✓ Mandelplättchen in der Pfanne ohne Fett anrösten bis sie duften
- ✓ Platte ausstellen
- ✓ Ahornsirup dazugeben
- ✓ Zur Seite stellen zum Abkühlen

### Kekse etwas zerbröseln

es gibt verschiedene Kekse zur Auswahl, ich tendiere zu Schoko-Keksen

**Nachtisch servierfertig anrichten sobald die helle Mousse die gewünschte Festigkeit hat.**

**Entweder in ein Glas schichten oder, wenn beide Mousse fest genug sind, können Nocken gestochen werden, d.h. mit einem Löffel ausstechen und auf dem Teller schön drapieren, Himbeeren dazu geben und mit Mandelkrokant und Keks-Bröseln dekorieren.**

**Beim Schichtglas: Himbeeren zu unterst, darauf die Schokomousse, darauf Keksbrösel, darauf das Tonkabohnen-Mousse zum Schluß bestreuen mit Mandelkrokant**

Sabine Lippertz  
Vorm Eickerberg 72  
42929 Wermelskirchen

<http://enjoyplants.de>  
<http://www.twitch.tv/enjoyplants>  
<https://twitter.com/EnjoyPlants.de>  
<https://www.facebook.com/Enjoy-Plants>

Copyright @ All Rights Reserved