

Ingrediënten voor 15 personen

Spinaziemousse: 15 gr
gelatinepoeder 450 gr gekookte
spinazie 1 eetl citroensap 225 gr
magere kwark (20) zout
versgemalen zwarte peper
Wortelmousse 450 gr wortels,
geschild en in dunne plakken
gesneden 120 ml verse
sinaasappelsap mespuntjes
geraspte nootmuskaat zout
versgemalen zwarte peper 15 gr
gelatine poeder 225 gr magere
kwark (20) Komkommermousse
15 gr gelatinepoeder 1 1/2
komkommer, geschild en in
doppelsteentjes gesneden 1
kippenbouillonblokje, verkruid
mespuntje gemalen foelie 225 gr
magere kwark (20)

Tijd: > 2 uur
Keuken: Slanke keuken
Smaak: Neutraal
Soort_gerecht: Vegetarisch
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Vegetarische Mousse

Dit is een uitstekend gerecht wanneer u tot ongeveer 15 gasten te dineren vraagt. Maak het op in een glazen tulbandvorm, dan ziet het er net zo lekker uit als het smaakt. Iedere ring heeft een stollingstijd van ca. 3 uur - u kunt het gerecht dus het beste een dag van te voren bereiden. Hele mousse; 1130 kcal / 4542 Kjoules Per portie; 100 Kcal / 402 Kjoules

Vorbereiding

Vorbereiding: ca 30 minuten, plus stollen Bereiding: spinazie - 10 minuten; wortels - 20 minuten

Bereidingswijze

1. Eerst de spinaziemousse. Doe de gelatine in een kopje koud water, zet het kopje in een pan heet water en roer zolang tot de gelatine opgelost is.
2. Doe de spinazie, citroensap, kwark en opgeloste gelatine in een bekmixer en meng ze tot een gladde puree. Breng deze met zout en peper op smaak.
3. Doe de puree in de schaal en laat hem stijf worden.
4. Doe voor de wortelmousse de wortels, sinaasappelsap, nootmuskaat, zout en peper in een pan en breng de sinaasappelsap aan de kook. Dek de pan af, zet het vuur iets lager en laat de wortels in ca. 20 minuten zacht worden.
5. mende de wortels met voldoende kookvocht om er een gladde puree van te maken, in een bekmixer.
6. Doe de gelatine in een kopje koud water, zet het kopje in een pan heet water en roer net zolang tot de gelatine opgelost is.
7. Doe de kwark en de opgeloste gelatine bij de wortelpuree (in de bekmixer) en meng zolang tot een gladde massa is verkregen.
8. Schep de wortelpuree op de stijfgeworden spinaziepuree en laat deze ook stollen en stijf worden.
9. Tenslotte de komkommermousse. Los de gelatine op zoals boven is beschreven.
10. Doe de komkommer, bouillonblokjes, foelie en kwark in een bekmixer en meng deze zolang, tot een gladde massa is verkregen.
11. Doe de opgeloste gelatine erbij en schakel de bekmixer weer even aan. Dit mengsel is iets meer vloeibaar dan de andere twee.
12. Giet het komkommersmengsel op de stijfgeworden wortelpuree en laat deze ook nog stollen en stijf worden.