

Dattelmousse an Orangensauce

(6 Pers.) (244 Kilokalorien / 6,9 g Fett)

200 g	Datteln	fein würfeln
4 dl	Milch-Drink	
1 TI	Agar-Agar	beides in eine Pfanne geben, quellen lassen
1 EI	Stärkemehl	
1 EI	Honig od. Vollrohrzucker	alles unter Rühren aufkochen, 2 Min. köcheln lassen, Datteln zugeben, 10 Min. in der heissen Milch quellen lassen, anschliessend pürieren
wenig	Zitronenschale	zugeben, alles auf 45°C abkühlen
ev. 1-2 EI	Grand Marnier	
100 g	Joghurt	zugeben, schnell vermischen
1 dl	Halbrahm, steif	sofort, darunter ziehen, in eine Schüssel oder kleine Förmli füllen, 1 Std. kühl stellen.
		Portionenweise in Dessertteller anrichten, Orangensauce daneben verteilen
1	Orange, in Scheiben Zitronenmelisseblätter	Dessert damit garnieren



Orangensauce:

3 dl	Orangensaft	
ev. ¼	Orange, Schale	
1 EI	Stärkemehl	
2 EI	Akazienhonig	alles in einer Pfanne aufkochen, abkühlen lassen
ev. 1 EI	Grand Marnier	nach Belieben darunterziehen

Apfelmus:

600 g	Äpfel	schälen, in Schnitze schneiden
½ dl	Apfelsaft	aufkochen, Apfelschnitze auf kleiner Hitze weichkochen, in einen Mixerbecher geben
40(-70)g	Birnel	zugeben und pürieren

Tipp:

- Akazienhonig, Vollrohrzucker oder Birnel (Birrendicksaft) enthalten im Gegensatz zu Zucker noch Vitamine, Mineralstoffe und Aromastoffe und sind die gesündere Alternative zu Zucker.

- Agar-Agar geliert ca. bei 28°C. Deshalb muss beim Darunterziehen der kalten Zutaten schnell gearbeitet werden und sofort abgefüllt werden.