

# Sanddorn-Quark-Mousse

## Zutaten

250 g	Quark
100 ml	Sanddornlikör
150 g	Sanddornmarmelade
4 Blatt	Gelatine
200 g	Sahne
150 g	Erdbeeren

Zubereitungszeit: 20 Min., Kühlzeit: 3-4 Stunden

## Zubereitung:

- Quark, Likör und Marmelade mit einem Handrührgerät gut verrühren.
- Die Gelatine 5 Min. einweichen, erhitzen und unter die Quarkmasse ziehen.
- Sahne steif schlagen und ebenfalls unterheben.
- Die Mousse in eine Schüssel füllen und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Zum Anrichten mit einem Esslöffel Nocken abstechen und mit Früchten der Saison, z.B. Erdbeeren, anrichten.

## Tipp:

Statt Sanddornlikör kann man auch Eierlikör verwenden. Eine Alternative zur Sanddornmarmelade ist Sanddornsafte (100 ml und 75 g Zucker)

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 143 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
268 kcal	11,4 g	25,3 g	7,73 g	74,2 mg