



Schokoladen-Orangen-Mousse

mit Ahornsirup-Feigen und Nüssen



30-40Min.



3-4 Personen

Was fällt dir zum Thema „Good Mood Food“ als Erstes ein? Genau, manchmal muss es für die gute Laune Schokolade sein! Für den süßen Abschluss eines langen Tages haben wir heute daher ein leckeres Dessert für dich: eine feine Schokoladencreme mit Orange und einer eleganten Garnitur aus Crème fraîche, Kokosraspeln, gehackten Haselnüssen und frischer Minze.

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Zartbitterschokolade ⁶
- 2 Päckchen Ahornsirup
- 2 Packungen getrocknete Feigen
- 1 Päckchen Kokosflocken
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 10g frische Minze
- 1 Packung Haselnusskerne ¹⁵
- 2 unbehandelte Orangen

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Eiswürfel

Küchenutensilien

- kleiner Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- Schneebesen

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Sojabohnen (6), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 787.0kcal, Fett 53.5g, Eiweiß 11.4g, Kohlenhydrate 56.9g



1. Orangen vorbereiten

Die **Orangenschale** fein abreiben, die **Orangen** anschließend filetieren: Dazu die **weiße Haut** der Orangen rundherum mit einem scharfen Messer abschneiden, danach die einzelnen **Orangenfilets** aus den Trennhäuten ausschneiden. Den **Orangensaft** dabei auffangen und in einem Messbecher bis 250ml mit Wasser aufgießen.



4. Mousse aufschlagen

Die **Schokoladenmischung** in der kleineren Schüssel über dem Eisbad kräftig mit einem Schneebesen oder Handrührgerät für 3-5Min. aufschlagen, bis die **Schokolade** eine cremige, luftige Konsistenz bekommt. Die **Schokoladenmasse** wird zum Ende hin das Volumen verdoppeln. Die **Mousse** auf die bereitgestellten Servierschalen verteilen.



2. Eisbad vorbereiten

Für das Eisbad eine große Schüssel so mit Eiswürfeln und kaltem Wasser füllen, dass eine kleinere Schüssel in die größere passt, ohne dass das Wasser überläuft. Einen Schneebesen oder ein Handrührgerät sowie Servierschalen bereithalten. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen.



5. Obst mischen

Die **getrockneten Feigen** in dünne Streifen schneiden. Das Wasser im Topf ggf. erneut erhitzen und die **Feigen** im heißen Wasser ca. 1-2Min. erwärmen. Die **Feigen** herausnehmen und mit den **Orangenfilets**, dem **Ahornsirup** und 1 Prise Salz verrühren.



3. Schokolade schmelzen

Einen kleinen Topf ca. 3cm Wasser hoch mit Wasser befüllen und dieses zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren, die **Schokolade** in eine hitzefeste Schale geben und auf den Topf mit dem Wasser setzen. Die **Schokolade** mit dem **Orangensaft** schmelzen, dabei gut umrühren. Das heiße Wasser im Topf für später beiseitestellen.



6. Nüsse hacken

Die **Haselnüsse** grob hacken. Die **Crème fraîche** mit dem **Vanillezucker** verrühren. Die **Schokoladen-Orangen-Mousse** mit den **Nüssen**, den **Früchten** und den **Kokosflocken** anrichten. Mit der **Crème fraîche**, dem **Orangenabrieb** und den **Minzeblättern** garniert servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**