

Sanddorn Mousse mit Marzipan



- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Sanddorn, welcher auch Weidendorn oder Sandbeere genannt wird, gehört zu den Ölweidengewächsen. Ursprünglich stammt die Pflanze aus Nepal, doch die Auswirkungen der Eiszeit sorgten für eine weitgehende Verbreitung der orangefarbenen Beere.

In Deutschland wurde Sanddorn erstmals in den 60er Jahren angebaut und erfreut sich seither stetig wachsender Beliebtheit. Einer der Gründe ist wohl der enorm hohe Anteil an Vitamin C. Mit einem Gehalt von 200-900 Milligramm pro 100 Gramm Fruchtfleisch werden Früchte wie Zitronen und Orangen um Längen abgehängt. Diese besitzen nämlich im Durchschnitt einen Vitamin C-Gehalt von nur 50 Milligramm pro 100 Gramm Fruchtfleisch. Vitamin C ist gerade in der kalten Jahreszeit von großer Bedeutung. Es unterstützt das Immunsystem und verhilft zur schnellen Genesung bei Erkältungskrankheiten. Die Sandbeere ist außerdem reich an ungesättigten Fettsäuren und Carotin. Das Anwendungsgebiet der orangefarbenen Frucht ist breit gefächert. Es wird vor allem in der Medizin, Kosmetik und als Lebensmittel verwendet. In Sanddorn-Öl wird beispielsweise als Unterstützung bei der Wundheilung, wie bei Sonnenbrand, eingesetzt. Die regenerative Eigenschaft ist auch Grund für den Einsatz in kosmetischen Produkten. In essbarer Form findet man die Früchte

vor allem als Sanddornmarmelade, Saft, Fruchtmus, Öl, Likör, Honig und in diversen Teemischungen.

Eine köstliche Sanddorn Mousse lässt sich aus der Beere ebenfalls herstellen.

Zutaten

- 100 Gramm warme Sanddornmarmelade
- 4 Blätter Gelatine, eingeweicht
- 100 Gramm Marzipan Rohmasse, grob geraspelt
- 2 ganze Eier
- 3 EL Amaretto
- 200 ml geschlagene Sahne

Zubereitungsart

Schritt1

Die Eier mit Amaretto im heißen Wasserbad 4-5 min. cremig aufschlagen und die Eigelbe gut „ausgaren“ lassen. Die Marzipanraspeln glatt verrühren und die gut ausgedrückte Gelatine in der noch heißen Masse auflösen.

Schritt2

Abkühlen lassen und die geschlagene Sahne in 2 Schritten vorsichtig mit einem Teigspatel unter heben.

Schritt3

Obenauf die leicht erwärmte Sanddornkonfitüre mit einem Esslöffel verteilen. Mit einer Gabel „spiralförmig“ durch das Mousse ziehen, um später ein hübsches Muster zu erzielen.

Schritt4

Anschließend mindestens 4 Stunden mit Klarsichtfolie abgedeckt kalt stellen.

Rezeptart: Cremes / Mousse, Desserts **Tags:** Marzipan, mousse, sanddorn **Zutaten:**Marzipan, Sanddorn

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)442
- Eiweiß (g)17
- Fett (g)24
- KH (g)38
- Cholesterin (mg)155

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/marzipan-sanddorn-mousse/>