

MOUSE LIGHT DE MANDARINA

8 raciones

180 min

Media

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Postres



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
71 kcal	7 g
Grasas	Carbohidratos
g	12 g
Fibra	Sal
1 g	0.2 g

Ingredientes

- 300 g de zumo de mandarina (unas 10 mandarinas)
- 300 g de mandarinas peladas y troceadas
- 250 g de yogur naturales sin azúcar
- 50 g de azúcar de abedul
- 6 claras de huevo
- 5 g de ralladura de mandarina
- 5 g de láminas de gelatina neutra
- Una pizca de sal

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

- 1** Calienta en un cazo el zumo con el azúcar de abedul y la ralladura; remueve unos minutos.
- 2** Hidrata la gelatina 5 minutos en agua fría; escurre bien.
- 3** Retira del fuego y disuelve la gelatina en el zumo caliente.
- 4** Añade los yogures y mezcla; reserva.
- 5** Monta las claras con una pizca de sal hasta que queden firmes.
- 6** Incorpora la mezcla reservada con movimientos suaves y envolventes.
- 7** Reparte trocitos de mandarina en los tarros y rellena con la mousse; enfría toda la noche o mínimo 3 horas.
- 8** Ralla piel de mandarina al servir.

THERMOMIX

- 1** Calienta en un cazo el zumo con el azúcar de abedul y la ralladura; remueve unos minutos.
- 2** Hidrata la gelatina 5 minutos en agua fría; escurre bien.
- 3** Retira del fuego y disuelve la gelatina en el zumo caliente.
- 4** Añade los yogures y mezcla; reserva.
- 5** Monta las claras en el vaso con una pizca de sal. **6 min / vel 3,5**
- 6** Pasa las claras a un bol y añade la mezcla reservada con movimientos envolventes.

- 7** Reparte trocitos de mandarina en los tarros y rellena con la mousse; enfría toda la noche o mínimo 3 horas.
 - 8** Ralla piel de mandarina al servir.
-

Consejos

- Enfría mínimo 3 horas, pero si lo dejas toda la noche gana cuerpo y queda más estable al servir.
- Monta las claras en un bol y varillas totalmente limpios y secos para que suban mejor.
- Integra la mezcla con movimientos envolventes y suaves para conservar el aireado del “mouse”.
- Presentación más elegante: reparte en tarros o copas bajas y termina con ralladura justo antes de llevar a la mesa.
- Si preparas para invitados, deja los tarros ya montados y añade la ralladura final en el último momento para un aroma más intenso.