

# Buttermilchmousse an Salat mit Hollundervinaigrette und Mandeln



## Zutaten (für 4 Personen)

3 Blatt Gelatine  
100 g Joghurt  
250 g Buttermilch  
Salz, Pfeffer, Zucker  
1 TL gehackter Estragon  
200 ml Sahne  
2 EL Weißweinessig  
2 EL Hollunderblütensirup  
6 EL Rapsöl  
50 g Pumpernickelbrot  
50 g geschälte ganze Mandeln  
400 g verschiedene Salate ( z.B.: junger Spinat, Radiccio, Eichblatt oder Friseesalat )  
8 Radieschen  
2 dicke Karotten  
60 g frische Erbsen  
1 Hand voll essbare Blüten



Zubereitungszeit  
50 Min



Kcal

KJ

Eiweiss

Fett

Kohlenhydrate

## Zubereitung

- Buttermilchmousse:** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 2 EL Buttermilch mit der ausgedrückten Gelatine erwärmen, bis sie sich aufgelöst hat. Restliche Buttermilch langsam unterrühren und in eine Schüssel füllen. Joghurt und Estragon unterheben. Wenn die Masse fest zu werden beginnt, Sahne halbsteif schlagen und unterheben. Mit etwas Salz und Zucker würzen. In Gläser füllen und kalt stellen.
- Vinaigrette:** Weißweinessig , Hollunderblütensirup und Rapsöl verschlagen. Mit Salz und etwas Pfeffer würzen.
- Den Pumpernickel grob mahlen, die Mandeln goldbraun rösten.
- Salat:** Salate und Radieschen waschen, trocken schleudern. Karotten schälen und mit Spiralschäler zu Karottenspaghetti verarbeiten. Erbsen kurz in kochendem Salzwasser blanchieren. Buttermilchmousse mit Salat, Gemüse, Pumpernickel, Mandeln und Blüten dekorativ anrichten. Mit Vinaigrette beträufeln.