

## Quarkmousse mit Kürbiskernen



### Zubereitungszeit

25 Minuten + 3-4 Stunden fest werden lassen

### Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 460 kcal

Eiweiss: 14 g

Fett: 29 g

Kohlenhydrate: 35 g

### Zutaten

4 EL	Zucker
40 g	Kürbiskerne
3 Blatt	Gelatine
50 g	Mascarpone
150 g	Magerquark
2	Eier
80 g	Puderzucker
2 EL	Orangenlikör
2 dl	Rahm
1 dl	Wasser

### Zubereitung

1. Die Hälfte des Zuckers in einer Chromstahlpfanne hellbraun caramelisieren. Pfanne vom Herd ziehen. Kürbiskerne darunter mischen und sofort auf ein Backpapier geben. Auskühlen lassen. Kürbiskerne nicht zu fein hacken.
2. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Mascarpone glatt rühren, mit Quark mischen. Eier und Puderzucker zu einer hellen Creme rühren. Mit der Quarkcreme und 2/3 der Kürbiskerne mischen. Gelatine aus dem Wasser nehmen, gut ausdrücken, in eine Pfanne geben. Likör dazugeben. Gelatine bei kleinster Hitze schmelzen lassen. Etwas Quarkmasse zur Gelatine rühren, dann diese mit der restlichen Quarkmasse gut vermischen. Creme kühl stellen, bis sie den Rand entlang fest zu werden beginnt. Rahm steif schlagen, darunter heben. Mousse im Kühlschrank zugedeckt ca. 3 Stunden fest werden lassen.
3. Restlichen Zucker in einer Chromstahlpfanne hellbraun caramelisieren. Mit Wasser ablöschen und sirupartig einkochen lassen. Von der Mousse Nocken abstechen. Caramelsirup darüber träufeln, mit Kürbiskernen bestreuen.