



Μους χαλβά

30 λεπτά

Χρόνος
Εκτέλεσης

6-8

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Μαλακώνουμε τη ζελατίνη (είτε σε σκόνη είτε σε φύλλο) μέσα σε ένα μπολ με το παγωμένο γάλα για να "φουσκώσει".
- Η ζελατίνη δεν χρειάζεται ανακάτεμα. Την αφήνουμε περίπου 10 λεπτά μέσα στο γάλα.
- Βάζουμε στο μπλέντερ τα μπισκότα και τα αμύγδαλα να χτυπηθούν για πολύ λίγο. Θέλουμε να είναι χοντροκομμένα κομμάτια και μπορούμε να το κάνουμε και με τα χέρια μας.
- Γεμίζουμε το κάθε ποτήρι με λίγο από το μείγμα μπισκότο και αμύγδαλο που χτυπήσαμε.
- Ρίχνουμε τη κρέμα γάλακτος (κατευθείαν από το ψυγείο) στο κάδο του μίξερ και προσθέτουμε τη ζάχαρη άχνη.
- Χτυπάμε μέχρι να γίνει ελαφριά σαντιγύ.
- Αν χρησιμοποιήσουμε φυτική κρέμα γάλακτος, συνήθως περιέχει τη ζάχαρη, οπότε δεν προσθέτουμε εμείς.
- Αφού έχουν περάσει 10 λεπτά και έχει μαλακώσει η ζελατίνη στο γάλα, βάζουμε το μπολ στο φούρνο μικροκυμάτων στα 700 watt για 30 δευτερόλεπτα.
- Στο μπλέντερ βάζουμε το χαλβά και το γάλα με τη ζελατίνη και τα χτυπάμε μέχρι να διαλυθεί ο χαλβάς.
- Σε ένα μπολ βάζουμε το μείγμα με το χαλβά και προσθέτουμε 1-2 κουταλιές από τη σαντιγύ και ανακατεύουμε για να μαλακώσει το μείγμα.
- Προσθέτουμε το μείγμα στην υπόλοιπη σαντιγύ και τα ενοποιούμε, ανακατεύοντας πολύ απαλά.
- Ρίχνουμε λίγο από το τελικό μείγμα με τη σαντιγύ σε κάθε ποτήρι πάνω από τα μπισκότα.
- Βάζουμε τα ποτήρια στο ψυγείο για να παγώσει το γλυκό μας για περίπου (περίπου 4 ώρες), μπορούμε να προσθέσουμε από πάνω για να το γαρνίρουμε λίγο μαρμελάδα ή ζύσμα λεμονιού ή πορτοκαλιού ή κανέλα.

Συστατικά

- 200 γρ. χαλβάς με ταχίνι
- 100 γρ. γάλα, 3,5%
- 330 γρ. κρέμα γάλακτος 35%
- 3 κ.σ. ζάχαρη άχνη
- 4 γρ. φύλλα ζελατίνης
- 100 γρ. μπισκότα
- 50 γρ. αμύγδαλα, χωρίς φλούδα

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

404 Θερμίδες (kcal)	29.0 Λιπαρά (γρ.)	11.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	27.0 Υδατ/κες (γρ.)
20%	41%	55%	10%
21.0 Σάκχαρα (γρ.)	7.8 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.9 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.27 Αλάτι (γρ.)
23%	16%	12%	5%