



Μους λευκής σοκολάτας με τυρί κρέμα και φρούτα του δάσους

10'
Χρόνος
Εκτέλεσης

1 ώρα'
Χρόνος
Αναμονής

4
Μερίδες

1
Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Χτυπάμε στον κάδο του μίξερ με το σύρμα το **τυρί κρέμα** με τα σπόρια της βανίλιας για 2 λεπτά στη μεσαία ταχύτητα, μέχρι να αφρατέψει το τυρί.
- Προσθέτουμε την κρέμα γάλακτος και συνεχίζουμε να χτυπάμε μέχρι το μείγμα μας γίνει σαν γιαούρτι.
- Αφαιρούμε το μείγμα και το κρατάμε στο ψυγείο.
- Καθαρίζουμε τον κάδο και το σύρμα μας και χτυπάμε στο μίξερ τα ασπράδια των αυγών μαζί με το αλάτι σε μέτρια προς δυνατή ταχύτητα μέχρι να αρχίσουν να αφρατεύουν.
- Προσθέτουμε τη ζάχαρη σε δόσεις και συνεχίζουμε να χτυπάμε μέχρι να έχουμε μια λεία και γυαλιστερή **μαρέγκα**.
- Παράλληλα λιώνουμε τη λευκή κουβερτούρα σε μπεν μαρι ή στο φούρνο μικροκυμάτων.
- Την αφήνουμε για 5 λεπτά να κρυώσει ελαφρώς και την αδειάζουμε στο μείγμα με το τυρί κρέμα.
- Ανακατεύουμε με μία μαρίζ ώστε να ενωθούν καλά τα υλικά μεταξύ τους.
- Προσθέτουμε τη μαρέγκα και ανακατεύουμε με απαλές κινήσεις μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- Έπειτα, το μεταφέρουμε σε μία **σακούλα ζαχαροπλαστικής** και το μοιράζουμε σε **μπολάκια**.
- Αφήνουμε τις μους να σφίξουν για 2 ώρες στο ψυγείο.
- Τις γαρνίρουμε με τα φρούτα του δάσους, τις πασπαλίζουμε με τη ζάχαρη άχνη και σεβρίρουμε.

Συστατικά

- 50 γρ. τυρί κρέμα, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1 λοβό βανίλιας
- 120 γρ. κρέμα γάλακτος 35%, κρύα
- 1/4 κ.γ. αλάτι
- 3 ασπράδια, από μέτρια αβγά
- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 220 γρ. κουβερτούρα λευκή, ψιλοκομμένη
- 200 γρ. φρούτα, του δάσους
- ζάχαρη άχνη, για πασπάλισμα

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

525 Θερμίδες (kcal)	24.0 Λιπαρά (γρ.)	14.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	68.0 Υδατ/κες (γρ.)
26%	34%	70%	26%
57.0 Σάκχαρα (γρ.)	9.1 Πρωτεΐνη (γρ.)	0.6 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.66 Αλάτι (γρ.)
63%	18%	2%	11%