

## Luftige Mousse au Chocolat ganz einfach selber machen

VORBEREITEN

10  
Min.

ZUBEREITEN

20  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

#### Für die Mousse

200 g Zartbitterschokolade (55 - 70% Kakao)  
50 g Butter  
200 ml Sahne  
3 Eier  
40 g Zucker

#### Für die Deko

Beeren nach Belieben

Schaumig, schokoladig, unwiderstehlich: Mousse au Chocolat ist ein wahrer Dessert-Star der französischen Küche. Dank der endlosen Variationsmöglichkeiten (Vollmilch, zartbitter, weiß, aromatisiert etc.) kommt das fluffige Dessert einfach nie aus der Mode. Doch wie genau gelingt diese luftige Köstlichkeit? Ich bin der Sache mal auf den Grund gegangen.

### Woher kommt eigentlich Mousse au Chocolat?

Wie der wohlklingende Name schon verrät: Mousse au Chocolat stammt natürlich aus Frankreich. „Mousse“ bedeutet „Schaum“, was die wunderbare, feinporige Konsistenz der kleinen Schokoladenbombe ganz gut

beschreibt. Erstmals erwähnt wurde das Dessert schon im 18. Jahrhundert - wer die Süßspeise das erste Mal kredenzt hat, lässt sich leider nicht mehr nachvollziehen. Also sage ich einfach: danke Frankreich.

### Aller Anfang ist Schokolade: Die richtige Schokolade für Mousse au Chocolat

Die viel vertretene Meinung, dass man fürs Kochen ruhig minderwertigen Wein und fürs Backen oder Desserts gerne auch billige Schokolade verwenden kann, ist schlicht falsch. Deine Mousse au Chocolat kann nur so gut schmecken, wie die Schokolade, die du verwendest. Und darum geht es doch in der Süßspeise - um den vollmundigen Schokoladengeschmack. Hat die Schokolade zu viel Säure, schmeckt deine Mousse auch so. Ist sie zu fettig, wird deine Mousse auch schwer, statt luftig. Deswegen: Gib ruhig mal ein, zwei Euro mehr aus und greife zu deiner Lieblingsschokolade.

#### Mousse au Chocolat mit Zartbitterschokolade

Traditionell wird dunkle Schokolade mit 55 – 70 % Kakaoanteil verwendet. Wenn du deine Mousse mit Alkohol wie Rum oder Cognac verfeinern möchtest, dann greif ruhig auf die richtig herbe Schokolade mit 70 % Kakaoanteil zurück. So wird die Mousse richtig schön vollmundig.

#### Mousse au Chocolat mit Vollmilchschokolade

Wenn du es süßer magst, kannst du auch ohne Probleme Vollmilchschokolade verwenden. Das ist dann aber wirklich nur etwas für absolute Süßmäuler. Mein Tipp: Lieber **Vollmilchschokolade und Zartbitterschokolade im Verhältnis 1:1** zu mischen.

#### Mousse au Chocolat mit weißer Schokolade

Sieht aus wie kleine Wölkchen und schmeckt auch so: süß und mild. Vorsicht: Weiße Schokolade sieht zwar unschuldig aus, erfordert aber ein Wenig Geschick.

## Luftige Mousse au Chocolat ganz einfach selber machen

Zunächst darf sie beim Schmelzen nicht zu heiß werden, da sie sonst gerinnt. Zu kalt darf sie aber auch nicht sein, da sie sonst beim Unterrühren klumpt. **Kleiner Trick:** Vorm Unterheben die **Lippenprobe** machen. Einen Tropfen der flüssigen Schokolade auf die Lippe geben - fühlt sie sich angenehm an, hat sie die richtige Temperatur. [Hier gibt's das Rezept.](#)



Alle 3 Mousse-Sorten zu einer köstlichen Torte aufgeschichtet

### So wird deine Mousse au Chocolat luftig

Wie kommt sie denn nun rein in die Mousse, die Luft? **Erst schlagen, dann streicheln** - so lautet das Geheimrezept. Klingt seltsam, ich weiß. Aber zum Glück meine ich damit nur Eier und Sahne.

- Zunächst schlägst du das Eigelb mit Zucker und etwas heißem Wasser dick cremig auf. Durch das Aufschlagen bindet das Ei Luft. Durch die Wärme stockt es und kann die Luft besser halten.
- Dann hebst du die geschmolzene Schokolade sanft unter.
- Schließlich schlägst du das Eiweiß und die Sahne getrennt voneinander auf. Auch hier kommt eine Menge Luft ins Spiel.
- Um nicht gleich wieder die ganze Luft aus Eischnee und Sahne herauszurühren, verwendest du einen Teigschaber und gehst so vor: "Steche" in die Mitte des Teigs, zieh den Schaber am Boden entlang zum

Schüsselrand und drehe die Schüssel dann um 90 Grad. Jetzt darf der Teigschaber wieder auftauchen. Drehe die Schüssel bei jedem Mal ein bisschen - stechen und ziehen, stechen und ziehen, ... Hebe erst einen kleinen Teil von Eischnee und Sahne unter, so hast du es viel einfacher und alle Bestandteile verbinden sich besser.

Auf keinen Fall solltest du ein elektrisches Rührgerät verwenden. Durch das starke Schlagen würde jede Luft aus der Mousse weichen und alles traurig in sich zusammenfallen.

### Besser als in Frankreich: Mousse au Chocolat - das Grundrezept

Viel Lärm um nichts? Von wegen - wohl eher: Viel Lärm um Luft. Also schwing den Schneebesen und los geht's! Schritt für Schritt zur selbstgemachten Schokomousse.

- 1 -

Schokolade mit Butter über einem heißen Wasserbad schmelzen.



- 2 -

Sahne steif schlagen, beiseitestellen. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen, beiseitestellen.

## Luftige Mousse au Chocolat ganz einfach selber machen



- 3 -

Eigelb mit einem Schuss heißem Wasser cremig rühren. Zucker dabei einrieseln lassen.



- 4 -

Geschmolzene Schokolade unter das Eigelb heben.



- 5 -

Zunächst einen kleinen Teil Eischnee unterheben, bis die Masse homogen ist, dann restlichen Eischnee unterheben. Auch bei der Sahne erst einen Teil unterheben, dann den Rest dazugeben. Mousse mindestens 2 Stunden kaltstellen. Vor dem Servieren mit Beeren oder Schokolade garnieren.



### Der große Auftritt: Mousse au Chocolat servieren

Deine Mousse au Chocolat ist fertig und du bist stolz wie Oscar? Na dann gönn dem Dessert auch die große Show, die es verdient hat. Nimm deine Mousse 15-20 Minuten vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank. Erst bei Zimmertemperatur entfalten sich die Schokoladen-Aromen komplett. Wie du es anrichtest, bleibt dann dir überlassen.

# Luftige Mousse au Chocolat ganz einfach selber machen

## Mousse au Chocolat klassisch anrichten

Einen Esslöffel in warmes Wasser tauchen und aus der Mousse Nocken stechen. Nach Belieben kannst du dann noch einen Saucenspiegel aus deiner liebsten Dessertsauce neben der Mousse anrichten. Ein paar Beeren dazu und fertig ist dein Deluxe-Dessert.

## Mousse au Chocolat im Glas

Momentan sind Desserts in kleinen Portionsgläsern total angesagt. Damit sich die Mousse dem Glas auch richtig schön anpasst, am besten schon vor dem Kaltstellen abfüllen. Jetzt ist es noch ein bisschen flüssig und lässt sich viel einfacher portionieren.

## Mousse au Chocolat dekorieren

Was passt am besten zu Schokolade? Genau: Schokolade. Besonders hübsch macht sich gehobelte Schokolade auf dem Dessert. Dazu fährst du mit der Klinge eines scharfen Messers über einen Block Schokolade und hobelst ein Paar dünne Schichten ab.

Auch Nüsse machen auf deiner Mousse au Chocolat richtig was her. Wie wäre es z. B. mit ein paar gehobelten Mandeln oder gehackten Walnüssen?

Ziemlich oldschool, aber dennoch beliebt, ist ein Zweig Minze auf deiner Mousse.

## Mousse au Chocolat mit Früchten

Beeren sehen neben deiner Mousse nicht nur toll aus, sondern passen auch geschmacklich sehr gut zu Schokolade. Am besten eignen sich Himbeeren, Blaubeeren und Erdbeeren, da sie nur wenig Säure enthalten und der Mousse so nicht die Show stehlen.

## Mousse au Chocolat aufbewahren

Waren die Augen mal wieder größer als der Mund. Und du hast etwas Mousse übrig? Kein Problem, denn Mousse au Chocolat lässt sich prima aufbewahren.

## Im Kühlschrank

Da in frischer Mousse rohe Eier verarbeitet werden, solltest du es **nicht länger als 4 Tage im Kühlschrank** aufbewahren. Damit es keine Fremdaromen annimmt, deckst du es am besten mit Folie ab oder gibst es in eine verschließbare Frischhaltedose.

## Mousse au Chocolat einfrieren

Übrige Mousse kannst du ohne Probleme einfrieren. Einfach in eine verschließbare **Frischhaltedose** geben und ab geht's ins Tiefkühlfach. Dort hält sie sich gut und gerne **3 Monate**. Bei Bedarf einfach bei Zimmertemperatur auftauen lassen. Kleiner Tipp: Halbgefroren schmeckt die Mousse fast noch besser als ganz aufgetaut.