

Mousse di bacche di sambuco con pere alla vaniglia



Ingredienti per 1 porzione

1 flacone	di Fresubin® PRO Drink Vaniglia freddo
1	pera piccola
1 gocciolina	di estratto di vaniglia
1-2 cucchiaini	di miele o zucchero
3-4 cucchiari	di puro succo di sambuco
3-5 cucchiario	di misura di addensante istantaneo in polvere
1-2 cucchiaini	di miele o zucchero, a piacere

Valori nutrizionali per porzione

Energia	568 kcal
Proteine	29 g
Carboidrati	66 g
Grassi	19 g



Preparazione

1. Sbucciare la pera, eliminare il torsolo e tagliare la polpa a dadini. Portare la polpa a ebollizione con l'estratto di vaniglia e 2 cucchiari d'acqua. Cuocere con coperchio a fuoco basso per 5-10 minuti, a seconda delle consistenza della pera. Togliere la pentola dal fuoco e lasciar raffreddare. Aggiungere miele o zucchero a piacere.
2. Miscelare Fresubin® PRO Drink Vaniglia, il succo di sambuco e l'addensante istantaneo in polvere per 1 minuto con uno sbattitore o una frusta, fino a ottenere una massa cremosa. Aggiungere miele o zucchero a piacere. Lasciar riposare la mousse per 2-3 minuti. Trasferirla in una coppetta e servire con la pera alla vaniglia.

CONSIGLIO

La preparazione della mousse è particolarmente veloce se per la guarnizione si utilizzano conserve di frutta sgocciate e tagliate a dadini.