

## SCHOKOMOUSSE, STREUSEL UND ORANGENFILETS

Entdecken Sie die gesunden und saisonalen Rezepte, die von den Spitzenköchen von [La Tablee des Chefs](#) entwickelt wurden. Unterstützt werden sie von BNP Paribas Cardif im Rahmen des Programms zur Prävention von Übergewicht und Adipositas.

### ZUTATEN (4 Personen)

#### Für die Mousse

- 190 g Zartbitterschokolade-Tropfen
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- 2 Orangen



#### Für die Streusel

- 25 g Mehl
- 30 g gemahlene Mandeln (oder andere Nüsse)
- 30 g Mandeln (oder andere Nüsse)
- 30 g weiche Butter
- 30 g Zucker
- 10 g Schokolade



### UTENSILIEN

- Ein Kochtopf
- Ein Schneidebrett
- Ein Küchenmesser
- Ein Schneebesen
- Eine Schüssel
- Ein Gummischaber
- Ein Rührlöffel



### ZUBEREITUNG

1. Die Schokolade in einem Topf bei geringer Hitze schmelzen. Wenn sie geschmolzen ist, den Topf vom Herd nehmen und die Schokolade abkühlen lassen.
2. Eiweiß und Eigelb trennen und das Eiweiß in eine große Schüssel geben. Das Eigelb für später zur Seite stellen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz mit dem Schneebesen oder Rührgerät schaumig aufschlagen. Zu festem Eischnee schlagen. Das Eiweiß muss so fest sein, dass es nicht herausfällt, wenn die Schüssel umgedreht wird.
3. Die Eigelbe nacheinander unter die abgekühlte Schokolade rühren. Danach den Eischnee mit dem Gummischaber so vorsichtig wie möglich unterheben, damit er nicht zusammenfällt. Die Mousse sofort für mindestens zwei Stunden in den Kühlschrank stellen.
4. Mit einem Messer zunächst das obere und untere Ende der Orange abschneiden. Die Orange senkrecht auf das Brett stellen. Mit dem Messer der Form der Orange folgen und die Schale von oben nach unten abschneiden. Die Orange soll keine weiße Haut mehr haben und die Orangenspalten sollen sichtbar sein. Die Messerklinge vorsichtig zwischen Haut und Spalte führen, um die Filets nacheinander herauszulösen.
5. Mehl, Zucker, gemahlene Mandeln und weiche Butter in eine Schüssel geben und mit den Fingerspitzen zu krümeligen Streuseln kneten. Die ganzen Mandeln mit dem Messer hacken und zu der Streuselmischung geben.
6. Den Streuselteig in eine heiße Pfanne geben und gleichmäßig rühren, damit er eine gleichmäßige Farbe annimmt. Wenn die Streusel goldbraun sind, die Pfanne vom Herd nehmen und die restlichen 10 g Schokolade dazugeben. Mit dem Rührlöffel gut unterrühren, damit die Schokolade schmilzt und alle Streusel überzieht.
7. Beim Anrichten die Streusel über die Mousse streuen und ein paar Orangenfilets darauflegen.