СЛЕДОБЕДНА ЗАКУСКА

Мус от грозде с грис



Лек и пухкав мус от сварено червено грозде и грис, разбит до светлорозов крем. Сладък е само от плода и е готов с три съставки за следобедна закуска.

Подготовка: 15 мин **Готвене:** 12 мин **Общо:** 27 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен

Съставки

- 300 гр. червено грозде (за предпочитане без семки)
- 200 мл. вода
- 4 с.л. пшеничен грис

Начин на приготвяне

1. Измийте гроздето, откъснете зърната и ги разрежете на половинки.
2. Отстранете внимателно всички семки, като проверите и гроздето без семки.
3. Сварете гроздето във водата на среден огън 5-6 минути, докато зърната омекнат и се спукат.
4. Прецедете през гъста цедка, като притискате зърната с лъжица.
5. Изхвърлете кожиците, които остават в цедката, и върнете гроздовото пюре в тенджерата.
6. Щом пюрето заври, добавете гриса на тънка струйка при постоянно бъркане.
7. Варете на слаб огън 5-6 минути, като бъркате, докато сместа се сгъсти.
8. Оставете да изстине до хладко и разбийте с миксер 3-4 минути, докато мусът стане пухкав и светлорозов.
9. Разпределете в малки купички и охладете в хладилник поне 30 минути, преди да поднесете на детето.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворен съд в хладилник до 2 дни.
- Разбъркайте леко преди повторна консумация, ако мусът се е стегнал.

Съвети

- Можете да използвате и бяло грозде: тогава мусът става светлокремав вместо розов.
- Поднесете с лъжичка кисело мляко отгоре за по-засищаща следобедна закуска.