ДЕСЕРТ

Мус от круша и кисело мляко

Крушов мус без добавена захар, освежаващ, лек и естествено сладък, вместо готов десерт. Прави се с няколко сезонни продукта и е подходящ и за следобедна закуска, и за лек десерт след обяда. Мусът е кремообразен и нежен, за деца и за възрастни.

Подготовка: 10 мин **Готвене:** 65 мин **Общо:** 75 мин **Порции:** 3
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Ядки

Съставки

- 2 добре узрели круши, обелени и нарязани на парчета
- 1 ч.ч. натурално кисело мляко (или растително кисело мляко)
- 1/2 ч.л. натурална ванилия
- 1/2 ч.ч. извара или рикота
- Щипка канела (по желание)

Начин на приготвяне

1. Смесване на съставките: В блендер или кухненски робот добавете крушите, киселото мляко, изварата и ванилията. Блендирайте до получаване на гладка и пухкава текстура.
2. Охлаждане: Разпределете муса в малки купички и оставете в хладилника за поне 1 час, за да се стегне.
3. Сервиране: Преди сервиране можете да поръсите с щипка канела или да добавите няколко свежи плодчета, разрязани наполовина или намачкани, за цвят и аромат.
4. По желание: За да направите муса още по-богат и интересен на вкус, можете да добавите смлени бадеми, орехи или лешници, които ще внесат лек ядков вкус и полезни мазнини; кокосови стърготини за екзотична нотка и нежна текстура; лъжичка домашно плодово пюре (например от праскова, кайсия или ябълка) за допълнителна естествена сладост и аромат; или ситно нарязани сушени плодове като стафиди, фурми или смокини, които обогатяват десерта с фибри.

Съхранение

- Съхранявайте крушовия мус в хладилник до 48 часа в добре затворен съд: така запазва свежестта и текстурата си.
- Киселото мляко и изварата помагат на муса да остане стабилен и пухкав при съхранение в хладилник.

Замразяване

- Замразете муса в малки порционни съдове до 3 седмици; размразете в хладилник през нощта преди сервиране.

Съвети

- Този крушов мус е вкусен. Става за горещ следобед, пикник в парка или сладък завършек на обяда. Без добавена захар и без консерванти.