

## MOUSSE PESCHE E YOGURT

Una mousse semplicissima, fresca, estiva e che si può fare con qualunque tipo di frutta. Volendo si può congelare e si può fare una sorta di soufflé glacé che fa tanto chic :-)

La prossima volta provo una variante vegana, senza yogurt ma col latte vegetale. Tutto sta nell'indovinare la giusta dose di addensante (cioè di agar agar).

300 gr di pesche nettarine (pelate e fatte a pezzetti)  
40 gr di albicocche secche bio tagliate a pezzettini  
250 ml yogurt intero denso (il mio era biodinamico)  
mezzo cucchiaino di agar agar in polvere  
1 cucchiaino di semi di lino tritati fini (ancora, sì, ne avevo tritati tanti e li metto dappertutto)  
un pizzico di sale  
2 cucchiari di succo d'acero + altro per i bicchieri

Ho frullato le pesche con le albicocche secche (servono come dolcificante, usare le albicocche fresche non sarebbe la stessa cosa) e lo yogurt. Poi ho aggiunto tutti gli altri ingredienti tranne il succo d'acero e ho fatto bollire una decina di minuti. Ho lasciato intiepidire ed ho aggiunto i due cucchiari di succo d'acero, mescolato bene (a questo punto si è un po' rappreso) e messo nei bicchieri dove sul fondo avevo prima messo altro succo d'acero (la quantità dipende dai gusti ma meglio non abbondare, si può sempre aggiungere alla fine) ho lasciato raffreddare e messo in frigo alcune ore.

