

Mousse de framboise

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :0 min

Calories par portion : 274.25 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 200.0 gr Framboise
- 100.0 gr Sucre
- 20.0 cl Creme liquide 30pc
- 1.0 u Citron Vert

Une recette savoureuse à consommer avec modération.

Mettre au congélateur pendant 10min votre récipient pour monter la crème fouettée.

Etape 1:Préparation du coulis

Dans un blender ou mixeur verser 50gr de framboise et le jus d'un demi-citron vert(en réserver un peu pour la mousse). Mixer jusqu'à obtenir un coulis homogène. Réserver le coulis pour recouvrir la mousse.

Etape 2: Préparation de la mousse

Dans le blender mettre le reste de framboise(garder en juste une petite dizaine pour le fond de verrine), le sucre et un peu de jus de citron vert. Mixer jusqu'à obtenir un coulis.

Sortir le récipient pour la crème fouettée du congélateur y verser la crème liquide et battre au batteur électrique jusqu'à obtention d'une crème ferme(ajouter un peu de sucre peu aider la crème à prendre). Incorporer progressivement le coulis à la crème en veillant à conserver une texture mousseuse(tout le coulis peut ne pas être nécessaire).

Etape 3:Dressage

Dans 4 verrines disposer quelques framboises puis la mousse et enfin le coulis. Vous pourrez rajouter une

tranche de citron vert pour les amateurs de saveur acidulée.