

Recette

MOUSSE DE FRAISES

Type

Dessert

Temps

Préparation : 15 mn / A servir : 1 h 30

Difficulté

Facile

Personnes

4

Ingrédients

- 300 g de fraises
- ½ cuillère à café d'agar agar*
- 10 cl de lait
- 1 gousse de vanille
- Sucre ou sucralose suivant le goût
- 20 cl de crème fraîche semi-épaisse 4%
- 1 fromage blanc 3% de matière grasse



Etape 1	Faire chauffer le lait avec l'agar agar, le sucre et la vanille. Porter à ébullition 3mn, laisser refroidir 2 mn
Etape 2	Mixer les fraises, la crème fraîche et le fromage blanc
Etape 3	Rajouter le mélange lait, agar agar, sucre et vanille et mélanger
Etape 4	Mettre dans des ramequins et mettre au réfrigérateur 1h30

Dégustez en dessert ou au goûter !

* L'agar-agar est un liant et gélifiant végétal parfait pour remplacer la gélatine animale. Contenu dans la paroi cellulaire de certaines espèces d'algues rouges. Le mucilage extrait à chaud de ces algues donne après purification, déshydratation et broyage la poudre d'agar-agar. Elle est commercialisée sous forme de poudre pour la cuisine.