

CREME LEGERE DE SAPOTILLE ET AUX FRUITS DE LA PASSION...

Recette offerte par Marie Evelyne VOISIN de RUN GOURMANDISES.

 30min

 facile

 économique (soit 1.25 cts euro/personne)



INGREDIENTS (pour 03 à 04 verrines) :

- ✓ 01 sapotille mûre (corossol)
- ✓ 02 fruits de la passion
- ✓ De l'eau
- ✓ 100g de sucre
- ✓ 100ml d'eau
- ✓ 150ml de crème liquide entière
- ✓ 100ml de lait demi-écrémé
- ✓ 03g de gélatine

1. Eplucher la sapotille, enlever la tige centrale. Mettre dans un récipient, malaxer : allez-y franchement avec les mains, ajouter de l'eau au fur et à mesure pour aider à bien écraser et pour rendre un maximum de jus.

2.



Malaxer.

3.



Fendre en deux les fruits de la passion.
Ajouter la pulpe et continuer de malaxer.

4.



Passer au chinois très fin pour prélever son jus. Soit 01 litre.

5.



Ramollir les feuilles de gélatine.

6.



Dissoudre le sucre dans l'eau sur feu doux.
Ajouter les gélatines bien essorées. Mélanger.

7.



Fouetter la crème et le lait jusqu'à ce que cela épaississe.

8.



Mélanger 200ml de jus au sirop et verser l'appareil crème fouettée au mélange.
Remplir vos verrines et mettre au frais minimum 12h.

❖ Retrouvez-moi pour d'autres recettes délicieuses et astucieuses sur le blog : <http://rungourmandises eklablog.com/> et sur ma page facebook : <https://fr-fr.facebook.com/RunGourmandises>

❖ Petit conseil gourmand d'Evelyne VOISIN, pour bien réussir ses verrines :
Le reste du jus de sapotille, soit 800ml, transformez en sorbet « la recette à suivre ci-dessous »...

Marie Evelyne VOISIN.