

Tarte à la fraise revisitée

Ingrédients :

- 100 à 120 g de fraises
- 1 jaune d'œuf
- 1 sachet de sucre vanillé + 2,5 g de sucre blanc
- 1 feuille de gélatine
- 125 ml de lait écrémé
- 4 g de maïzena
- Quelques pépites de chocolat (décoration)



Recettes :

- 1/ Laver les fraises, les couper et les disposer dans l'emporte-pièce. *(En garder 4 à 5 pour réaliser le jus de fraises).*
- 2/ Réaliser la crème pâtissière allégée. Faire ramollir une ½ feuille de gélatine dans un peu d'eau froide.
- 3/ Mélanger le lait écrémé, le sachet de sucre vanillé et la ½ feuille de gélatine. Placer sur le feu jusqu'à totale dissolution.
- 4/ Battre le jaune d'œuf. Y ajouter la maïzena.
- 5/ Verser le lait tout en remuant. Mettre sur le feu 10 minutes, laisser refroidir et placer le tout 10 minutes au congélateur.
- 6/ Verser la crème pâtissière au centre de l'emporte-pièce.
- 7/ Réaliser le jus de fraise. Ramollir ½ feuille de gélatine dans 1 càs de lait froid pendant 5 minutes puis placer sur le feu jusqu'à totale dissolution.
- 8/ Placer 2,5 g de sucre, le restant de fraise et la ½ feuille de gélatine dans le mixeur.
- 9/ Verser sur le jus de fraise au dessus de la crème pâtissière et placer au réfrigérateur 5 à 6 heures ou 1 heure au congélateur.

Bonne dégustation !!!!

diet
coach