

La recette végétarienne. Panna Cota de fruits.

Ingrédients pour 3 à 4 personnes :

- 40 cl d'un mélange crème-lait (animal ou végétal)
- 200g de fruits (fraises, kiwi, poires, agrumes etc...)
- 4 cuillères à soupe de sucre roux
- 2g d'agar-agar

Préparation :

- Nettoyer les fraises et les couper en petits morceaux (sauf 2 fraises) et leur ajouter environ 30 cl du mélange crème-lait et le sucre. Mélanger.
- Dans une casserole faire chauffer le reste (environ 10 cl) du mélange crème-lait dans lequel on aura dilué auparavant une cuillère à café d'agar-agar. Maintenir l'ébullition pendant une minute.
- Ajouter le mélange bouilli à la préparation de fraises. Bien mélanger et répartir la préparation obtenue dans des ramequins ou verres transparents.
- Mettre au frigo au moins 2 heures
- Décorer de quelques tranches de fraises et/ou de feuille de menthe. Déguster bien frais.

Plus d'infos

<http://www.avant-premieres.coop/-Pascale-GOURDON-.html>