



Crumbles

Sabayon de fraises en petite cocotte



30 min	30 min	0	0	268
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation des fraises

- 1 Laver les fraises et les équeuter. Couper les plus grosses en deux ou en quatre.
- Les répartir dans les petites cocottes.

Étape 2

Préparation du sabayon

- 1 Préchauffer le four en position grill.
- Blanchir les jaunes d'oeufs avec le sucre.
- Cuire le sabayon au bain-marie en fouettant pendant 5 minutes, puis ajouter le cidre et la liqueur de fraise.
- 4 Continuer de fouetter jusqu'à ce que le sabayon triple de volume.

Étape 3

Cuisson des cocottes

- 1 Verser le sabayon sur les fraises.
- Passer les cocottes sous le grill pendant quelques minutes. Dès que le sabayon devient doré, sortir du four et déguster sans attendre.

Ingrédients pour 4 personnes

600 g Fraise 6 unité(s) entière(s) Jaune(s) d'oeuf 100 g Sucre semoule 100 ml Cidre brut 50 ml Liqueur de fraise