



Mousses

Mousse de fruits rouges en verrines



12h10 10 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

12h

REPOS

74

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

250 g **Fraise**
150 g **Framboise**
2 unité(s) entière(s)
Blanc(s) d'oeuf
30 g **Sucre roux**
4 g **Feuille de gélatine**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Laver et équeuter les fraises.
- 2 Laver les framboises.
- 3 Faire tremper les feuilles de gélatine dans un tout petit peu d'eau froide jusqu'à ce qu'elles ramollissent.
- 4 Battre les blancs d'oeuf en neige.

Étape 2

Préparation de la mousse

- 1 Garder quelques fruits entiers pour la décoration.
- 2 Mixer les fruits avec le sucre et verser le mélange obtenu dans un saladier.
- 3 Faire fondre la gélatine et l'eau dans une casserole et les verser sur les fruits mixés. Bien mélanger.
- 4 Incorporer les blancs en neige à la préparation.
- 5 Mélanger les blancs délicatement en soulevant la préparation à l'aide d'une cuillère en bois: la mousse sera alors bien légère et aérée.

Étape 3

Dressage

- 1 Répartir la mousse dans des coupes individuelles et mettre au réfrigérateur pendant au moins 12 heures.
- 2 Décorer avec quelques fraises ou framboises avant de servir.