

*Salades et soupes de fruits*

Soupe de fraises au basilic et vieux vinaigre balsamique



2h20 **15 min** **5 min** **2h** **186**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la soupe de fraises

500 g **Fraise**
20 g **Sucre perlé**
4 trait **Huile d'olive**
4 trait **Vinaigre
balsamique**
1 **Citron(s) vert(s)**

Ingrédients pour le sirop de basilic

1 botte(s) **Basilic**
50 cl **Eau**
80 g **Sucre semoule**

Étape 1

Préparation du basilic

- 1 Effeuilier le basilic. Réserver les têtes pour la décoration. Réserver les queues et les feuilles pour le sirop. Garder quelques grosses feuilles.
- 2 Couper les extrémités des grosses feuilles à l'aide d'un couteau et les ajouter aux queues. Ciseler les feuilles très finement. Réserver.
- 3 Réserver les têtes et le basilic ciselé au réfrigérateur sous un papier absorbant humide, pour qu'ils ne flétrissent pas.

Étape 2

Réalisation du sirop de basilic

- 1 Ajouter dans un saladier les queues et feuilles de basilic, le sucre et l'eau.
- 2 Faire chauffer pendant 3 minutes à puissance maximale au micro-onde.
- 3 Passer le sirop au chinois au-dessus d'un saladier propre. Réserver au réfrigérateur.

Étape 3

Taillage des fraises

- 1 Laver toujours les fraises avec le pédoncule, sinon l'eau pénètre à l'intérieur et elles perdent leur goût.
- 2 Retirer le pédoncule des fraises à l'aide d'un couteau. Les couper en quatre ou en deux selon leur taille.
- 3 Ne pas tailler les fraises trop grossièrement ou trop finement, pour que la préparation soit plus agréable en bouche.
- 4 Râper le zeste d'une moitié du citron vert sur les fraises.
- 5 Couper une belle tranche dans la seconde moitié du citron. La couper en deux et faire une petite incision dans la pulpe de chacune des tranches. Réserver.
- 6 Ajouter quelques gouttes de jus du citron sur les fraises.

Étape 4

Dressage

- 1 Ajouter le sirop de basilic dans la salade de fraise bien fraîche. Remuer pour bien diffuser les arômes du basilic.
- 2 Ajouter le basilic ciselé et remuer à nouveau.
- 3 Placer la soupe dans un bol à l'aide d'une louche. Ajouter une pincée de sucre de violette.
- 4 Verser un filet de vieux vinaigre balsamique. Accrocher les tranches de citron sur le rebord du bol, déposer sur les fraises une tête de basilic. Terminer par un trait d'huile d'olive.