Crèmes

Budino à la ricotta et fruits frais

1h40	40 min	40 min	20 min	231
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Coulis d'abricots

500 g **Abricot(s)**
75 g **Sucre semoule**
0.5 **Citron(s)**

Budino à la ricotta

300 g **Ricotta**
2 unité(s) entière(s) **Blanc(s) d'oeuf**
40 g **Sucre semoule**
1 **Citron(s)**

Dressage

2 **Nectarine(s)**
1 **Kiwi(s)**
1 **Sucre glace**

Étape 1

Préparation du coulis à l'abricot

1. Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
2. Laver les abricots, les couper en deux et les dénoyauter.
3. Les disposer dans un plat à gratin et les arroser avec le jus de citron.
4. Les saupoudrer avec le sucre.
5. Les enfourner et les faire cuire 20 minutes.
6. Retirer les abricots du four et les faire tiédir.
7. Éliminer la peau des abricots et réserver une moitié d'abricot par personne dans une assiette.
8. Mettre la pulpe des abricots restants et le jus de cuisson dans un mixeur.
9. Mixer le tout et réserver le coulis obtenu.

Étape 2

Préparation du budino à la ricotta

1. Préchauffer le four à 160°C (Th.5-6).
2. Mettre la ricotta dans un cul de poule, ajouter le sucre et remuer à l'aide d'un fouet afin d'obtenir une crème lisse.

3. Râper le zeste de citron et l'ajouter à la préparation.
4. Mettre les blancs d'oeufs dans une assiette creuse et les fouetter légèrement, sans les monter en neige.
5. Les ajouter à la préparation de ricotta et fouetter le tout. Le mélange doit être lisse.
6. Répartir les moitiés d'abricots sur le fond des moules à muffins.
7. Avant de les utiliser, beurrer les moules s'ils ne sont pas en silicone.
8. Verser la crème au 2/3 dans les moules à muffins.
9. Enfourner et faire cuire les crèmes 20 minutes à 160°C (Th.5-6).
10. Laisser refroidir les crèmes avant de les démouler.

Étape 3

Dressage et finition

1. Préparer des portions individuelles de budino.
2. Disposer une petite cuillère de coulis à l'abricot au centre de chaque assiette.
3. Démouler les crèmes et les disposer (avec le coté abricots dessus) sur le coulis aux abricots.
4. Laver les nectarines et couper des tranches fines.
5. Couper les tranches de nectarines en deux et les disposer tout autour de chaque assiette, en les faisant légèrement se chevaucher.
6. Ajouter une cuillère à café de coulis d'abricots sur chaque crème.
7. Éplucher les kiwis, les couper en quartiers et couper chaque quartier en tranches.
8. Disposer deux tranches de kiwi sur chaque crème.
9. Saupoudrer de sucre glace et servir.