



### Salades et soupes de fruits

# Minestrone de fruits, purée de fraises, chantilly et vanille



**45 min 45 min**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**326**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

#### Minestrone de fruits

1 **Ananas**  
1 **Mangue**  
1 **Pomme(s)**

#### Purée de fraises

100 g **Fraise**  
10 g **Sucre semoule**  
1 **Citron(s) vert(s)**

#### Chantilly à la vanille

20 cl **Crème liquide (fleurette)**  
1 **Gousse(s) de vanille**

## Étape 1

Préparation du minestrone de fruits

- 1 Préparer l'ananas.
- 2 Emincer l'ananas.
- 3 Préparer la mangue et la détailler aussi en petits dés.
- 4 Eplucher la pomme et la tailler en salpicon.
- 5 Mettre les fruits dans un saladier avec un peu de citron vert.
- 6 Réserver.

## Étape 2

Réalisation de la purée de fraises

- 1 Laver et équeuter les fraises.
- 2 Les couper en morceaux et les passer au blender ou au mixeur.
- 3 Ajouter le sucre, mixer à nouveau.
- 4 Réserver.

## Étape 3

## Préparation de la chantilly à la vanille

- 1 Mettre la crème liquide dans un saladier.
- 2 Ouvrir la gousse de vanille et récupérer les grains.
- 3 Ajouter les grains à la crème.
- 4 Battre la crème jusqu'à ce qu'elle ait une consistance de chantilly.

### Étape 4

#### Dressage

- 1 Mettre dans chaque verrine le mélange de fruits et la purée de fraises.
- 2 Utiliser une poche à douille pour ajouter de la chantilly sur chaque verrine.
- 3 Servir immédiatement.