

*Salades et soupes de fruits*

# Guimauve fraise-framboise version light


**1h10**
**10 min**
**0**
**1h**
**74**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

 Ingrédients  
pour 4 personnes

**Tartare fraises-framboises**

100 g **Fraise**  
100 g **Framboise**  
0.5 botte(s) **Menthe fraîche**  
0.5 c. à café **Edulcorant liquide**  
1 **Poivre rose**

**Guimauve framboise**

4 g **Feuille de gélatine**  
10 cl **Lait demi-écrémé**  
0.5 c. à café **Edulcorant liquide**  
2 **Yaourt**

**Étape 1**

## Préparation de la guimauve

- 1 Faire tremper la gélatine dans un bol d'eau froide.
- 2 Verser le lait et un peu de sucre liquide dans une casserole, faire chauffer.
- 3 Quand le lait est chaud, le transvaser dans un saladier. Essorer et incorporer la gélatine.
- 4 Ajouter le yaourt à la framboise 0%, bien mélanger.
- 5 Chemiser un plat creux avec du film alimentaire, bien caler le coins pour avoir une guimauve parfaitement moulée.
- 6 Verser l'appareil à guimauve dans le moule et réserver au réfrigérateur.
- 7 Utiliser un plat plus ou moins large selon l'épaisseur de guimauve voulue. Plus le plat est grand, plus la guimauve sera fine.

**Étape 2**

## Préparation du tartare de fruits

- 1 Equeuter les fraises et les couper en dés. réserver dans un bol.
- 2 Couper les framboises en deux, les réserver.

- 3 Effeuilleter et ciseler la menthe. Réserver dans un bol.
- 4 Concasser quelques grains de poivre rose.
- 5 Dans un saladier, verser les framboises, les fraises, la menthe et les baies roses.
- 6 Ajouter quelques gouttes d'édulcorant liquide et mélanger délicatement à la cuillère pour ne pas écraser les fruits.

### Étape 3

#### Dressage

- 1 Sortir la guimauve bien prise du réfrigérateur, démouler sur une assiette et retirer le film.
- 2 Découper deux cercles dans la guimauve avec deux emporte pièces de taille différente, un avec le plus grand des trois et un avec le plus petit.
- 3 Déposer le plus grand dans l'assiette de dressage et retirer son emporte pièce.
- 4 Déposer l'emporte pièce de taille intermédiaire sur la guimauve et le garnir de tartare de fruit en tassant doucement. Retirer l'emporte pièce.
- 5 Surmonter le tartare du deuxième cercle de guimauve et ajouter une tête de menthe.
- 6 Ecraser les framboises à la fourchette avec quelques gouttes d'édulcorant liquide.
- 7 Disposer ce coulis minute autour de la base de guimauve, puis saupoudrer de baies roses.