



Mousses

Mousse de fruits



1h50 **20 min** **0** **1h30** **269**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la mousse

250 g **Coulis de mangue**
250 g **Coulis de fraise**
4 g **Feuille de gélatine**
2 dl **Crème liquide
(fleurette)**

Étape 1

Réalisation des mousses

- 1 Déposer les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide une à une pour les ramollir.
- 2 Verser la crème dans la cuve d'un batteur et fouetter jusqu'à obtention d'une chantilly en augmentant la vitesse progressivement.
- 3 Quand la crème est bien montée, elle doit tenir au fouet sans retomber.
- 4 Réserver au réfrigérateur en attendant de l'utiliser.
- 5 Verser un peu de coulis de mangue dans une casserole puis égoutter et essorer la gélatine.
- 6 Ajouter la gélatine dans la casserole avec le coulis.
- 7 Répéter l'opération avec un peu de coulis de fraise et en fonction du nombre de coulis souhaité.
- 8 Faire chauffer les casseroles de coulis pour faire fondre la gélatine sans la faire bouillir et mélanger à l'aide d'un fouet.
- 9 Stopper la cuisson quand la gélatine est bien dissoute.
- 10 Verser le reste des coulis des saladiers distincts et ajouter le coulis gélifié correspondant.
- 11 Bien mélanger les deux pour faire redescendre la

température.

- 12** Incorporer rapidement la chantilly à l'aide d'une maryse dans un geste rotatif, continu et ferme.
- 13** Attention à ne pas trop mélanger pour que la mousse ne devienne pas trop liquide. La crème doit rester onctueuse.
- 14** Répéter l'opération avec le coulis de fraise.
- 15** Mouler les préparations dans des cercles à entremet ou dans des verrines.
- 16** Laisser les mousses de fruit prendre au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.
- 17** Sortir ensuite les mousses du réfrigérateur, démouler les cercles en passant la lame d'un couteau entre le cercle et la mousse.
- 18** Dresser sur assiette et servir.