

Mousses

Mousse de nectarines et fruits rouges



55 min 20 min 5 min 30 min 409

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la mousse

6 Nectarine(s)
30 g Beurre
30 cl Crème liquide
(fleurette)
30 g Sucre semoule
70 g Sucre glace
8 Framboise
4 Fraise

Étape 1

Préparation des nectarines

- 1 Couper les nectarines autour du noyau pour en extraire la chair à l'aide d'un couteau d'office en veillant à garder la peau.
- 2 Couper la chair en dés à l'aide d'un couteau éminceur et les réserver dans un saladier.
- 3 Faire chauffer du beurre dans une poêle sur feu moyen.
- 4 Déposer les dés de nectarine quand le beurre est bien moussieux.
- 5 Verser le sucre quand les nectarines commencent à fondre et mélanger à l'aide d'une spatule.
- 6 Ne pas hésiter à écraser les dés avec la spatule pour qu'ils cuisent plus vite.
- 7 Écraser les gros morceaux à l'aide d'une fourchette puis débarrasser la compotée sur une assiette et réserver au frais.

Étape 2

Préparation de la mousse

- 1 Verser la crème liquide dans un saladier froid et fouetter le mélange à l'aide d'un batteur.

- 2 Verser le sucre glace quand la crème commence à épaissir puis battre de nouveau.
- 3 Stopper le batteur quand la crème est bien montée.
- 4 Incorporer les 2/3 de la compotée de nectarines dans la crème chantilly puis mélanger délicatement à l'aide d'une maryse.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer le reste de compotée de nectarines dans le fond des verrines.
- 2 Déposer ensuite la chantilly dessus à l'aide d'une cuillère à café.
- 3 Tasser la chantilly en tapant le fond des verrines sur la paume de la main pour chasser l'air.
- 4 Décorer les mousses avec des fraises et des framboises puis servir.