Didier Coly

Salades et soupes de fruits

Soupe coco mangue passion

37 min	30 min	7 min	0	405
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour la soupe coco

800 ml **Lait de coco**
30 g **Tapioca**
100 g **Sucre semoule**
1 **Citron(s) vert(s)**

Ingrédients pour le coulis mangue et fruit de la passion

1 **Mangue**
2 **Fruit de la passion**
50 g **Sucre semoule**
15 cl **Eau**

Ingrédients pour la décoration

4 feuille(s) **Menthe fraîche**

Étape 1

Préparation de la soupe

1. Faire chauffer une casserole d'eau sur feu vif et porter à ébullition.
2. Mettre les perles du Japon dans un saladier et verser l'eau bouillante dessus. Réserver.
3. Couper le citron en deux avec un couteau d'office et extraire son jus à l'aide d'un presse-agrumes. Réserver.
4. Égoutter les perles du Japon dans une passette et réserver.
5. Verser le lait de coco et le sucre dans une casserole puis porter à ébullition sur feu vif.
6. Ajouter le tapioca à ébullition et mélanger avec une cuillère à soupe. Laisser cuire pendant 5 minutes sur feu moyen.
7. Verser le jus de citron vert dans la casserole et mélanger.
8. Débarrasser la soupe dans un saladier. Réserver à température ambiante jusqu'à complet refroidissement, puis placer au réfrigérateur.

Étape 2

Préparation du coulis

1. Eplucher la mangue à l'aide d'un couteau éminceur.
2. Couper une base dans la mangue pour la rendre, stable puis couper en contournant le noyau pour récupérer la chair.
3. Couper la chair de la mangue en morceaux grossiers et réserver dans un saladier.
4. Couper les fruits de la passion en deux avec un couteau éminceur.
5. Extraire la pulpe des fruits de la passion au dessus d'un saladier à l'aide d'une cuillère à soupe.
6. Verser la chair de la mangue et la pulpe des fruits de la passion dans le bol du blender. Mixer.
7. Accélérer la vitesse au fur et à mesure. Arrêter le mixeur et ajouter le sucre.
8. Mixer de nouveau et augmenter progressivement la vitesse.
9. Ajouter la moitié de l'eau selon la consistance du coulis. Mixer et ajouter de l'eau si besoin.
10. Débarrasser le coulis dans un saladier à l'aide d'une maryse. Réserver au réfrigérateur jusqu'à ce qu'il soit frais.

Étape 3

Dressage

1. Sortir la soupe et le coulis du réfrigérateur.
2. Placer le coulis, la soupe et les bols de présentation au congélateur pendant 20 minutes pour que ce dessert soit bien frais.
3. Prendre les bols de présentation préalablement placés au congélateur.
4. Verser le coulis de mangue dans les bols, puis la soupe coco dessus à l'aide d'une cuillère à soupe.
5. Déposer une touche de coulis de mangue et une pointe de menthe. Servir bien frais.