

Tiramisù aux fraises et à la menthe

RECETTE



40 minutes



Sans cuisson



8 personnes

INGRÉDIENTS

- 500 g de fraises
- 1 citron
- 100 g de sucre de canne en vrac
- 2 c à s de sirop d'agave *Saveurs Attitudes*
- 1 c à s de psyllium
- 1 c à s de sucre glace
- 1 boîte de biscuits à la cuillère* *Vital Bio*
- 4 œufs*
- 250 g de mascarpone* sans lactose *Züger*
- des feuilles de menthe
- 20 g de poudre de cacao 100% *Biocoop*

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Laver les fraises, les équeuter et les couper en macédoine, puis les mettre dans un récipient. Réserver quelques fraises pour le décor.
2. Prélever le zeste du citron et le couper très finement. Émincer la menthe et réserver.
3. Presser le citron et verser le jus sur les fraises, ajouter le sirop d'agave, le psyllium, le zeste de citron et la menthe, puis bien mélanger la macédoine de fraises.
4. Placer la moitié des biscuits dans le fond d'un moule à cake, les recouvrir de fraises afin de bien les imbibier et réserver au réfrigérateur.
5. Pendant ce temps, séparer les jaunes et les blancs des œufs.
6. Battre les jaunes avec le sucre de canne jusqu'à blanchissement du mélange, puis ajouter le mascarpone et mélanger.
7. Monter les blancs en neige avec le sucre glace.
8. Incorporer délicatement les blancs en neige au mélange jaunes-sucre-mascarpone.
9. Verser la moitié de la préparation sur les biscuits imbibés et les fraises.
10. Recouvrir des derniers biscuits à la cuillère, du reste de fraises et de la crème au mascarpone.
11. Placer au réfrigérateur 2 à 4 heures. Au moment de servir, saupoudrer d'un voile de cacao !

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé
Université | 22 bd Louis Léprince-Ringuet
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haouza, Le Mans
Antarès | Giratoire de César, Le Mans
Allonne | Rue de la Raterie, Allonne

 www.cuisine-moi-un-fenouil.fr