



Cuisine et
dépendances

Tiramisu léger aux fruits rouges sur biscuits de Reims



Voilà une version allégée du tiramisu : le mascarpone, fromage très riche en graisses, est remplacé par du fromage blanc. A la place de la chantilly ou des œufs, j'ai mis du lait concentré non sucré. Ce type de lait (comme la crème fraîche allégée) ne peut normalement se battre en mousse car ce sont les graisses qui servent d'émulsifiant, mais avec un sachet de fixe-chantilly, le lait monte tout aussi bien que la crème, à condition qu'il soit très frais.

Ingrédients (pour 6 parts de tiramisu) :

- 200 g de fruits rouges surgelés
- 12 biscuits roses de Reims
- vanille en poudre
- 400 g de fromage blanc 20 % MG
- 1 conserve de lait concentré non sucré (40 cl)
- 100 g de sucre en poudre (ou équivalent en édulcorant)
- 2 feuilles de gélatine alimentaire
- 3 cuillères à soupe de lait
- 1 sachet de fixe chantilly

Préparation :

Mettre la conserve de lait concentré au congélateur au moins 1H avant la confection de la recette.

Tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 5 minutes pour les ramollir.

Faire chauffer le lait et y mélanger les feuilles de gélatine pour les faire fondre.

Fouetter le fromage blanc avec le sucre en poudre et la vanille, y incorporer la gélatine dissoute dans le lait.

Battre le lait très froid au fouet électrique dans une jatte avec le sachet de fixe-chantilly pour le faire monter en une crème mousseuse. Mélanger au fromage blanc.

Faire ramollir les biscuits dans un peu d'eau

Dans un plat rectangulaire ou des verres, disposer dans le fond les biscuits.

Alterner par dessus le mélange au fromage blanc, des fruits rouges et de fromage blanc à nouveau. Finir par quelques fruits rouges.

Entreposer au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.

Le 01 Décembre 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/12/01/index.html>