

**TIRAMISU FRUITS DES BOIS - 4 SP****FACILE****15 MIN****1 PERS.****INGRÉDIENTS :****1 BOWLCAKE DE BASE À LA SEMOULE FINE - 3 SP****1/2CC D'ARÔME D'AMANDE - 0 SP****200G DE FROMAGE GREC****À MOINS DE 0.2% MG - 0 SP****1 OEUF - 0 SP****1CS D'ÉDULCORANT - 0 SP****1CC D'ARÔME DE VANILLE - 0 SP****1 PETITE BOITE DE MYRTILLES - 0 SP****1 BOITE DE FRAMBOISES - 0 SP****2CC DE CACAO NON SUCRÉ****(TYPE VAN HOUTEN) - 1 SP****PRÉPARATION :**

COMMENCEZ PAR PRÉPARER UN BOWLCAKE À LA SEMOULE FINE (RECETTE SUR MON BLOG). JE L'AI FAIT DANS UN TUPPERWARE CARRÉ POUR FAIRE UN DRESSAGE PLUS JOLI, AJOUTEZ 1/2CC D'ARÔME D'AMANDE POUR RAPPELER L'AMARETTO. UNE FOIS PRÊT ET DÉMOULÉ, COUPEZ LE HORIZONTALEMENT EN DEUX ET LAISSEZ LE REFROIDIR.

SÉPAREZ LES BLANC ET JAUNE DE L'ŒUF, RÉSERVEZ LE BLANC. BLANCHISSEZ LE JAUNE AVEC L'ÉDULCORANT, AJOUTEZ L'ARÔME ET LE FROMAGE GREC, MÉLANGEZ BIEN. BATTEZ LES BLANCS EN NEIGE ET INCORPOREZ LES DOUCEMENT À L'APPAREIL POUR FAIRE UNE MOUSSE. RÉSERVEZ AU FRAIS.

GARDEZ QUELQUES FRAMBOISES ET MYRTILLES POUR LE DRESSAGE ET MIXEZ LE RESTE. COMMENCEZ LE DRESSAGE AVEC UNE COUCHE DU MÉLANGE OEUF/FROMAGE GREC, PLACEZ LA MOITIÉ INFÉRIEUR DU BOWLCAKE, METTEZ UNE BELLE COUCHE DES FRUITS MIXÉS ET AJOUTEZ UNE COUCHE DU MÉLANGE, ENSUITE METTEZ L'AUTRE MOITIÉ ET RECOMMENCEZ L'OPÉRATION PRÉCÉDENTE ET TERMINEZ PAR LE CACAO. DÉCOREZ AVEC LES FRUITS RESTANTS.

CONSEIL :

CONSEIL : VOUS POUVEZ AUSSI AJOUTER, EN PLUS, DES MÛRES ET DES FRAISES. BON APPÉTIT !

RENDEZ-VOUS SUR LEBLOGDUNMEC.BE ET RETROUVEZ MOI SUR