



Mousse légère aux fraises

Pour 4 personnes

Préparation 20 min

Ma liste de courses... Chez

Le primeur :

- 200 g de fraises (variété cléry ou une autre variété de votre choix mais qui a du goût !)
- + quelques unes pour le décor

Le crémier :

- 55 g de yaourt grec
- 4 blancs d'œufs

L'épicier :

- 3 feuilles de gélatine
- 20 g de sucre (à évoluer peut-être en fonction du taux de sucre de vos fraises)

1. Faites tremper vos feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide. Pendant ce temps, lavez et équeutez vos fraises. Coupez-les en 2 et mixez-les longuement pour que les akènes le soient aussi (les akènes sont les petits grains verts sur la fraise qui croquent sous la dent).
2. Versez 4 ou 5 grandes cuillères de cette soupe de fraises dans une casserole que vous ferez chauffer. Essorez entre vos mains les feuilles de gélatine et faites-les fondre dans la casserole. Mélangez bien pour que la gélatine fonde entièrement. Remettez le tout dans le reste de soupe de fraises froide, mélangez.
3. Ajoutez le yaourt grec, le sucre. Mélangez, goûtez et rajoutez du sucre si besoin. Réservez.
4. Montez les blancs en neige bien fermes (regardez mon geste du chef). Incorporez un peu de soupe de fraises dans les blancs, mélangez bien et délicatement. Procédez par petites quantités jusqu'à la fin.
5. Versez dans des verrines si vous le souhaitez, filmez et mettez au réfrigérateur pour au moins 6h (4h si ce sont des verrines). Avant d'envoyer, coupez quelques fraises pour poser sur la mousse et accompagnez-la avec de petits biscuits !

Mon secret chuchoté à l'oreille : Pour faciliter l'insertion des fraises dans les blancs d'œufs, je vous conseille vivement de mettre les fraises dans les blancs et en procédant par petites quantités. Ne faites pas l'inverse : c'est-à-dire les blancs dans la soupe entière de fraises car sinon, c'est très long !