

TARTE - YAOURT - FRUITS ROUGES

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

500 ml yaourt demi-écrémé

5 feuilles de gélatine (10g)

1 orange

5g sucre vanille

300g fruits rouges frais ou surgelés

20 boudoirs pour le fond

1 c.à.s. flocons d'amandes

6 feuilles de menthe

PRÉPARATION

Mettez un grand bol en dessous d'une passoire. Mettez un essuie propre dans le passoire. Versez le yaourt dans l'essuie et pressez afin d'égoutter le yaourt. Fermez l'essuie et mettez dans un endroit sec et noir pendant 8 heures. Le yaourt va être beaucoup plus ferme.

Le lendemain matin on commence avec le fond. Emiettez les boudoirs et pressez bien dans une moule à tarte avec une cuillère ou un verre.

Mettez les feuilles de gélatine dans de l'eau froide et pressez l'orange. Chauffez le jus d'orange et faites fondre les feuilles de gélatine dedans. Pressez 1/3 des fruits rouges et ajoutez au jus d'orange. Mélangez bien

et laissez refroidir.

Parsemez 1/3 des fruits rouges sur le fond des boudoirs. Ajoutez le mélange du jus d'orange et la purée de fruits rouges au yaourt égoutté. Ajoutez un peu de sucre vanille pour le goût. Versez sur le fond de la tarte et lissez avec une spatule. Laissez raffermir pendant minimum 2 heures.

Garnir avec le reste des fruits rouges, les flocons d'amandes et les feuilles de menthe.

Recette d'Infraligne Alost

VALEUR CALORIQUE POUR 1 PERSONNE

160 Kcal

BON APPÉTIT !