

GRATINS AUX FRUITS ROUGES

Octobre 2019

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 3 œufs
- ★ 30 cl de crème fleurette
- ★ 40 g de sucre en poudre
- ★ 20 g de cassonade
- ★ 200 g de fruits rouges (en mélange, frais ou surgelés)
- ★ 4 brins de menthe fraîche

Ustensiles : 2 jattes, Fouet, 4 ramequins

Préparation : 5 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 12 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 3,55 € (soit 0,89 € par personne)



Recette :

Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6/7) pendant 10 minutes. Casser les œufs et séparer les blancs des jaunes dans 2 jattes (Réserver les blancs pour une autre recette : meringues, rochers, îles flottantes, ...). Battre au fouet les jaunes avec le sucre en poudre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer la crème et bien mélanger.

Verser un quart des fruits dans chacun des ramequins, napper délicatement de l'appareil en parts égales, saupoudrer de cassonade et enfourner pour 12 minutes jusqu'à ce que la surface soit légèrement dorée et gratinée. Décorer avec les sommités de menthe. Servir tiède ou très froid. Accompagner de langues de chat.

Boisson :

Un Loupiac servi à 8°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.