



D comme Desserts

Desserts de fruits



crumble aux fruits rouges

Sous sa croûte marmorée, cette version estivale du crumble, plus courant dans sa version aux pommes, cache une explosion de saveurs.



ingrédients pour 4 personnes

- 250 g de fraises
- 250 g de framboises
- 150 g de groseilles
- 120 g de beurre (+ pour le plat)
- 50 g de cassonade
- 2 cuil. à soupe de miel de fleur d'oranger
- 1 pincée de vanille en poudre
- 150 g de farine

matériel:

plat à gratin ou 4 plats individuels

Facile



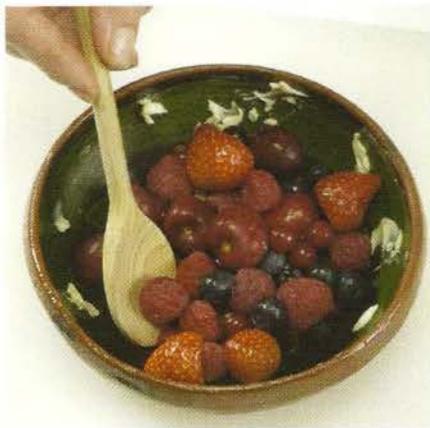
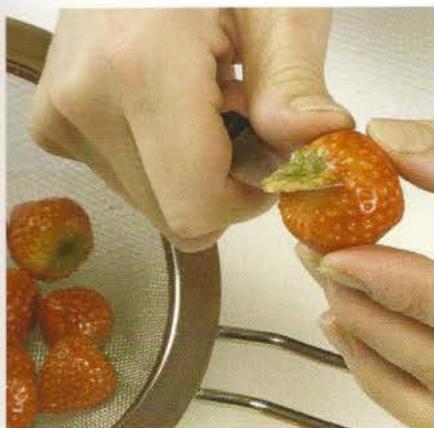
Coût



Préparation 15 min



Cuisson 15 min



1 Préparation des fruits
Lavez rapidement 250 g de fraises, séchez-les avec du papier absorbant et **équeutez-les**. Passez 150 g de groseilles sous l'eau fraîche, épongez-les sur du papier absorbant et égrappez-les avec une fourchette, au-dessus d'un bol. Ajoutez 250 g de framboises, essuyées si cela paraît nécessaire mais non lavées.

2 Préparation du plat
Préchauffez le four à 210 °C, th. 7. Faites fondre 2 cuil. à soupe de miel de fleur d'oranger pour le liquéfier. Versez-le sur les fruits et mélangez délicatement. Beurrez un plat à four rond pouvant aller à table. **Versez les fruits dans le plat, en les mélangeant** et en les répartissant régulièrement.



3 La pâte à crumble
Coupez 120 g de beurre en dés. Mélangez dans un saladier 150 g de farine avec 50 g de cassonade et 1 pincée de vanille en poudre. **Ajoutez les dés de beurre et amalgamez-les au mélange** en travaillant du bout des doigts comme vous le feriez pour préparer une pâte sablée.

4 Finition du crumble
Répartissez la pâte à crumble régulièrement sur les fruits, en la prenant par petites quantités à la fois et en la frottant entre vos doigts. Recouvrez totalement les fruits. Mettez au four et laissez dorer 15 min. Laissez reposer quelques instants hors du four, puis servez dans le plat de cuisson.

Pour changer

- Variez les fruits en fonction de vos ressources, de vos goûts et de la saison : myrtilles, cassis par exemple, en restant dans le domaine des baies d'été qui ne nécessitent qu'une courte cuisson.
- Remplacez le miel par du sirop de sucre de canne, de la crème de cassis ou de la liqueur de fraise.

L'avis du gourmet

N'attendez que quelques minutes après la sortie du four pour servir ce crumble, qui sera encore meilleur si vous le dégustez chaud. Accompagnez-le de crème fraîche, de yaourt au lait entier ou d'une glace.

Secrets de fabrication

- Ne laissez pas tremper les fraises et équeutez-les après les avoir lavées et épongées, pour éviter qu'elles ne se gorgent d'eau.
- Arrosez les fruits de quelques gouttes de jus de citron, ou poivrez-les légèrement avec du poivre du moulin.
- Sortez le beurre du réfrigérateur au moment de préparer la pâte et coupez-le en petits dés pour qu'il s'incorpore mieux au mélange de farine et de cassonade, sans que le tout devienne trop pâteux.

fondue au chocolat

Pour un dessert particulièrement convivial ou un goûter d'enfants, une recette moderne et ludique dédiée à tous les fondus du chocolat!



ingrédients pour 4 à 6 personnes

- 300 g de chocolat noir
- 20 cl de crème liquide
- 2 oranges, 4 clémentines
- 1 petit ananas Victoria
- 2 pommes granny smith (ou 2 poires)
- 4 bananes
- 8 dattes dénoyautées
- 12 cerises à l'eau-de-vie (avec leurs tiges)

- 1 pain brioché, 16 madeleines
- 75 g de pâte d'amandes
- 50 g d'écorce d'orange confite
- 5 cl de Grand-Marnier ou de cognac

matériel :

caquelon et fourchettes à fondue / bain-marie / spatule en bois

Facile

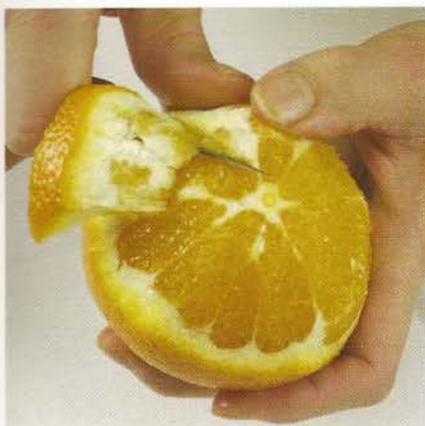


Coût



Préparation 25 min

Cuisson 20 min



1 Fruits et biscuit

Fourrez 8 dattes de 75 g de pâte d'amandes. Coupez 1 pain brioché en cubes et 50 g d'écorce d'orange confite en morceaux égaux. **Pelez à vif 2 oranges et 4 clémentines et détachez les quartiers un par un.** Épluchez 1 petit ananas et coupez-le en cubes. Au dernier moment, épluchez et coupez en morceaux 2 pommes et 4 bananes.



3 Arômes et liaison

En fin de préparation, **travaillez le chocolat avec une spatule en bois en donnant un mouvement en huit** (sans mélanger trop vigoureusement, plutôt en lissant). Chauffez légèrement 5 cl de Grand-Marnier ou de cognac. Versez-le dans le chocolat. Ajoutez 10 cl d'eau tiède puis 20 cl de crème, mélangez, mettez sur feu moyen et réduisez 5 min.



2 Le chocolat fondu

Concassez 300 g de chocolat et mettez-le à fondre dans une casserole au bain-marie (c'est-à-dire dans un autre récipient, casserole ou autre, rempli au tiers d'eau). Lorsque le chocolat est juste fondu, **plongez la casserole dans un bain d'eau froide pour le faire refroidir**, puis remettez-le à fondre pour le « tempérer ».



4 Les finitions

Apportez sur la table les assiettes décorées de 12 cerises à l'eau-de-vie et des dattes fourrées ainsi que la fondue dans un caquelon. Présentez sur un plateau 16 madeleines, les cubes de pain brioché, les écorces d'orange et tous les fruits. **Chacun plantera à l'aide d'une fourchette à fondue ces ingrédients dans le chocolat.**

Secrets de fabrication

Ne mélangez pas le chocolat lorsqu'il est en train de fondre. Ensuite, travaillez-le avec une spatule plutôt qu'avec un fouet : vous aurez une texture lisse et homogène.

L'avis du gourmet

Une façon originale de redécouvrir le chocolat en famille ou autour d'une tablée d'amis. Accompagnez ces saveurs fruitées et chocolatées d'un bordeaux blanc liquoreux, d'un montbazillac ou d'une clairette de Die.

Pour changer

- À décliner selon votre humeur, le marché ou les réserves du placard avec des chamallows, quartiers de pomelo, kumquats, physalis, gingembre confit...
- Pour une saveur plus hivernale, aromatisez la fondue de cannelle et de clou de girofle.
- On peut remplacer les madeleines par tout autre biscuit un peu spongieux, quatre-quarts par exemple.

Tour de main

Pour peler à vif les agrumes, tranchez d'abord les deux extrémités, puis prélevez les quartiers en passant la lame d'un couteau de part et d'autre de chaque quartier.

gaspacho de pêches, tomates, melon

Cette soupe froide associe les saveurs de fruits acidulés. Un dessert léger qui nous rappelle que la tomate est aussi un fruit !



ingrédients pour 4 personnes

- 8 pêches bien mûres
- 4 tomates
- 1/2 melon
- 1/2 citron
- 6 brins de menthe fraîche
- 40 g de sucre glace

- 1 pincée de cannelle râpée
- 1 pincée de sel
- 2 pincées de poivre
- 4 petits bâtons de cannelle (décor)

matériel :
écumoire / mixer

Facile ★★

Coût 🗺️ 🗺️

🕒 Préparation 20 min

🛒 Cuisson 10 min

🧊 Réfrigération 1 h



1 Les tomates
Ôtez le pédoncule de 4 tomates. Ébouillantez-les quelques secondes. **Égouttez-les à l'aide d'une écumoire et mettez-les dans un bain d'eau froide** pour accélérer leur refroidissement. Égouttez-les à nouveau.



2 Le pelage des tomates et des pêches
Pelez et égrainez les tomates. Plongez 8 pêches 1 min dans une grande marmite d'eau bouillante. Égouttez-les et rafraîchissez-les dans un bain d'eau froide. Pelez-les. Réservez 2 pêches entières et dénoyautez les 6 autres fruits.



3 La menthe
Effeuiliez 6 brins de menthe en gardant intactes 4 belles sommités pour le décor. Rincez les feuilles ainsi que les sommités. Égouttez et épongez sur un torchon propre. Réservez les sommités au frais. Ciselez les autres feuilles.



4 Le gaspacho
Épluchez et épépinez 1/2 melon. **Mixez sa chair avec les tomates, les pêches dénoyautées, le jus de 1/2 citron, 40 g de sucre glace, 1 pincée de sel, 2 pincées de poivre, 1 pincée de cannelle râpée et la menthe ciselée.**



5 La garniture
Coupez en deux et dénoyautez les deux pêches réservées. Découpez-les en petits dés. Placez-les au fond d'un saladier. **Versez le gaspacho de fruits dans le saladier.** Mettez le gaspacho à rafraîchir au réfrigérateur pendant 1 h.



6 Le service
Juste avant de passer à table, versez le gaspacho dans des verres de service. **Placez en travers de chaque verre un bâton de cannelle.** Complétez le décor en posant une sommité de menthe sur le gaspacho et servez aussitôt.

Pour changer

- Variez les fruits et les légumes de ce gaspacho selon vos préférences : pastèque et concombre, prunes et tomates...
- Accompagnez ce dessert de petites garnitures et chacun assaisonnara son gaspacho à sa guise : petits cubes de biscuits, noix de coco râpée ou eau de fleur d'oranger.

L'avis du gourmet

La dominante pêche de cette soupe froide inciterait à la servir avec un verre de péché mignon. Un jour de fête, on peut y verser un trait de champagne.

Secrets de fabrication

Pour pouvoir les peler facilement, ôtez le pédoncule des tomates à l'aide d'un petit couteau pointu.

Votre marché

Vous pouvez utiliser des pêches blanches pour ce dessert : elles sont délicieuses crues, en salade ou en coulis.

Tour de main

Utilisez une écumoire pour déposer les pêches dans l'eau bouillante : cela évitera de cuisantes éclaboussures.

gratins de fruits rouges

Servis tout chauds à la sortie du four, ces gratins dégagent tout leur arôme, excitant l'odorat avant de combler les papilles.



ingrédients pour 4 personnes

- 250 g de fraises
- 250 g de framboises
- 50 g de groseilles rouges
- 50 g de cassis
- 10 cl de muscat de Frontignan
- 10 cl de crème liquide
- 4 jaunes d'œufs
- 1 cuil. à soupe de jus de citron
- 50 g de sucre en poudre
- 1 gousse de vanille

matériel :

bain-marie / batteur électrique / 4 plats à œufs individuels ou ramequins plats

Assez facile



Coût



Préparation

20 min

Cuisson



Pour changer

Hors saison, vous pouvez utiliser des framboises, des groseilles et des cassis surgelés, mais évitez les fraises surgelées. Remplacez-les par des litchis frais décortiqués, coupés en deux et dénoyautés, et supprimez le jus de citron.

1 Les fruits

Lavez rapidement 250 g de fraises, épongez-les, équeutez-les et coupez-les en lamelles épaisses. Passez 50 g de groseilles et 50 g de cassis sous l'eau froide, épongez-les et **égrappez-les avec une fourchette**. Ne lavez pas les framboises (250 g), essuyez-les avec du papier absorbant si cela paraît nécessaire.

2 Préparation du sabayon

Mettez 4 jaunes d'œufs dans une jatte supportant la chaleur, ajoutez 50 g de sucre en poudre et mélangez jusqu'à ce que la préparation blanchisse. Fendez la gousse de vanille de haut en bas, **grattez les graines avec la pointe d'un couteau** et faites-les tomber dans la jatte. Mélangez à nouveau.

L'avis du gourmet

Ces gratins sont au mieux de leur saveur et de leur arôme lorsque les fruits choisis sont mûrs à point et parfaitement sains. Servez dès la sortie du four et savourez en même temps du muscat de Frontignan.



Secrets de fabrication

- Ajoutez 1 cuil. à soupe de fécule de pomme de terre au mélange d'œufs et de sucre avant de le fouetter au-dessus du bain-marie afin qu'il prenne plus facilement.
- L'eau du bain-marie pour la cuisson du sabayon ne doit pas bouillir car il ne faut pas que les œufs coagulent.

3 Cuisson du sabayon

Faites chauffer de l'eau dans une casserole. Posez la jatte au-dessus de ce bain-marie juste frémissant et **fouettez avec un batteur électrique** tout en incorporant peu à peu 10 cl de muscat de Frontignan, puis 10 cl de crème liquide. Continuez à fouetter jusqu'à ce que le mélange épaississe.

4 Cuisson des gratins

Allumez le gril du four à température maximale. Répartissez les fraises entre 4 plats individuels. Arrosez-les avec 1 cuil. à soupe de jus de citron. Répartissez ensuite les autres fruits. **Nappez avec le sabayon** et glissez les plats sous le gril. Laissez blondir quelques minutes, en surveillant attentivement.

Pour le décor

Garnissez les gratins de quelques pistaches hachées grossièrement, de feuilles de menthe ou d'une grappe de groseilles givrée (trempée dans du blanc d'œuf, puis roulée dans du sucre cristallisé).

truffes au chocolat en nage de mangue

Tout en apportant une touche délicate d'exotisme, la mangue rafraîchit la saveur classique et raffinée de la truffe au chocolat.



ingrédients pour 4 personnes

- 150 g de chocolat noir
 - 2 mangues mûres
 - 1 citron
 - 1 petit bouquet de verveine
 - 15 cl de crème fraîche
 - 25 g de beurre
 - 60 g de cacao amer en poudre
 - 2 cuil. à soupe de sucre glace
- matériel:**
bain-marie / filtre à infusion /
film alimentaire / 4 coupes à dessert

Facile ★★ ★

Coût 🍷 🍷

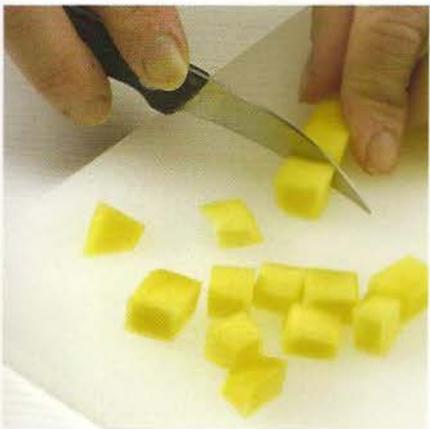
🕒 Préparation 45 min

👨‍🍳 Cuisson 10 min



1 La ganache

Préparez la ganache des truffes : cassez 150 g de chocolat noir en petits morceaux dans une jatte supportant la chaleur. Faites fondre au bain-marie. **Faites bouillir 15 cl de crème fraîche. Mélangez au chocolat.** Ajoutez 25 g de beurre en parcelles. Laissez refroidir et raffermir dans un endroit frais (en bas du réfrigérateur en été).



3 La nage de mangue

Effeuiliez et lavez 1 petit bouquet de verveine. Faites-en infuser la moitié dans 20 cl d'eau frémissante ; filtrez. Épluchez 2 mangues mûres. **Découpez une demi-mangue en petits cubes,** réservez. Mixez le reste avec le jus de 1 citron, l'infusion de verveine, quelques feuilles de verveine et 2 cuil. à soupe de sucre glace.

2 Les truffes

Lorsque la ganache est raffermie, prélevez-en de petites cuillerées et **façonnez en petites boules en roulant avec la paume de la main une par une dans 60 g de cacao amer.** Étalez-les au fur et à mesure sur un plat. Couvrez d'un film alimentaire (pour éviter toute transmission d'odeur) et réservez au réfrigérateur pour faire durcir.



4 Les finitions

Réservez la nage de mangue au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Répartissez les dés de mangue au fond de 4 coupes à dessert. **Arrosez de nage de mangue bien fraîche.** Ajoutez les truffes (qui doivent être parfaitement raffermies). Décorez des feuilles de verveine restantes. Servez sans attendre.

Pour changer

Vous pouvez ajouter dans la nage de mangue d'autres fruits exotiques : dés d'ananas, tranches étoilées de carambole... Pour donner une autre texture, parsemez de petits croûtons de brioche préalablement frits au beurre et saupoudrés de sucre.

L'avis du gourmet

Un sauternes donnera de la rondeur à ces truffes. Pour la gourmandise, accompagnez de petits palmiers ou de cigarettes russes.

Secrets de fabrication

- Pour avoir des truffes moelleuses, il est très important de ne pas incorporer le beurre dans une préparation trop chaude. Le beurre se décompose au-dessus de 32 °C et devient alors cassant en refroidissant.
- Attendez que la ganache des truffes commence à durcir pour la façonner en boules.

Votre marché

- Pour contribuer à la délicatesse de ce dessert, utilisez un chocolat dessert noir de qualité et fort en cacao.
- Pour l'infusion, la verveine peut être remplacée par de la menthe fraîche ou de la verveine séchée.

mousse de pomme au coulis de fraises

Les mousses ont toujours plus grâce à leur texture... mousseuse!
Les parfums et les présentations évoluent, mais le succès demeure.



ingrédients pour 4 personnes

- 1 boîte d'ananas en tranches
- 1 pomme granny smith
- 250 g de fraises
- 8 biscuits à la cuillère
- 6 feuilles de gélatine
- 2 cuil. à soupe de kirsch
- 1 cuil. à soupe de jus de citron

- 15 cl de crème liquide
- 2 cuil. à soupe de sucre en poudre
- 2 cuil. à soupe de sucre glace

matériel :

cercle à pâtisserie de 20 cm de diamètre et
5 cm de haut / mixeur / batteur électrique

Assez facile



Coût

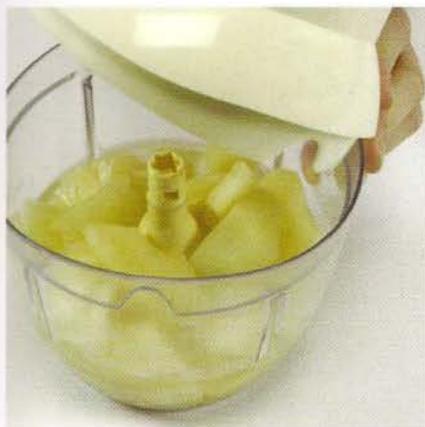


Préparation 25 min



Cuisson 15 min

Réfrigération 6 h



Conseil minceur

Pour un dessert ultra-léger, remplacez la crème fouettée par un gros blanc d'œuf battu en neige, supprimez les biscuits à la cuillère et faites prendre la mousse dans un joli moule cannelé.

Secrets de fabrication

- Beurrez légèrement l'intérieur du cercle pour que les biscuits tiennent mieux.
- Si vous n'avez pas de cercle à flan, fabriquez-en un avec une bande de carton souple de 5 cm de haut maintenue avec du scotch et enveloppée d'aluminium ménager ou de film alimentaire.

L'avis du gourmet

L'entremets peut être dégusté sans le coulis de fraises, mais celui-ci rehausse agréablement la mousse légère. Sucrez-le plus ou moins selon vos goûts et la nature des fruits.

Votre marché

Pour la bonne réalisation de cette recette, choisissez de préférence une boîte d'ananas au jus d'ananas. En plein hiver, confectionnez le coulis avec des fraises surgelées.

1 Les fruits

Mettez la gélatine à tremper dans un bol d'eau froide. Épluchez la pomme, coupez-la en lamelles et faites-la cuire quelques minutes dans une casserole couverte. Coupez 7 tranches d'ananas en morceaux, ajoutez-les à la pomme ainsi que le jus de la boîte. Faites chauffer, puis **passez le tout au mixeur**.

2 La mousse

Égouttez la gélatine avec les doigts, ajoutez-la à la purée chaude, mixez à nouveau. Laissez refroidir. Mettez 15 cl de crème liquide 15 min au congélateur. Fouettez ensuite la crème très froide jusqu'à ce qu'elle forme des pics entre les branches du fouet. Incorporez-la à la purée de fruits bien refroidie.



3 Le montage

Faites fondre 2 cuil. à soupe de sucre avec 2 cuil. à soupe d'eau tiède. Ajoutez 2 cuil. à soupe de kirsch. Coupez les biscuits à la cuillère en deux. Trempez-les dans le sirop et **posez-les dans un cercle de 20 cm**, bout arrondi en haut, face sucrée contre le cercle. Déposez la mousse au centre. Lissez la surface. Réfrigérez pendant 6 h.

4 Le coulis

Lavez rapidement 250 g de fraises sans les laisser tremper, épongez-les, équeutez-les, passez-les au mixeur. Ajoutez 1 cuil. à soupe de jus de citron et 2 cuil. à soupe de sucre glace, mixez à nouveau, **filtrez pour éliminer les pépins**. Versez le coulis ainsi obtenu dans une saucière. Portez à table avec l'entremets démoulé.

mousse de pommes au miel

Simplement mixée et parfumée de miel, la traditionnelle compote de pommes se transforme en un dessert élégant et raffiné.



ingrédients pour 4 personnes

- 1 kg de pommes + 2 pommes
- 2 cuil. à soupe de miel gâtinais
- 15 cl de crème fraîche liquide très froide
- 20 g de sucre glace

- 150 g de sucre en poudre

matériel :

fouet électrique / mixeur

Facile



Coût



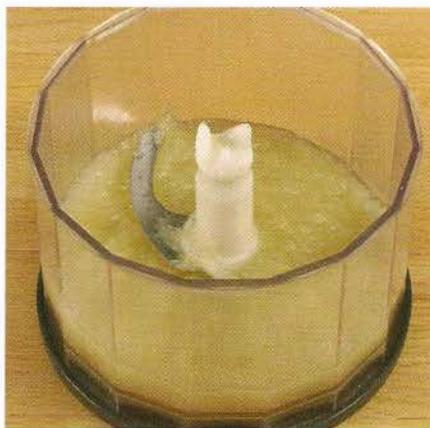
Préparation 40 min

Cuisson 1 h



1 La compote

Épluchez 1 kg de pommes au couteau économe. Coupez-les en deux, puis épépinez-les. **Recoupez les quartiers en petits morceaux.** Versez le tout dans une casserole. Arrosez d'un petit verre d'eau pour éviter qu'ils n'attachent trop vite. Couvrez et faites cuire 35 à 40 min: les pommes doivent être très fondantes.



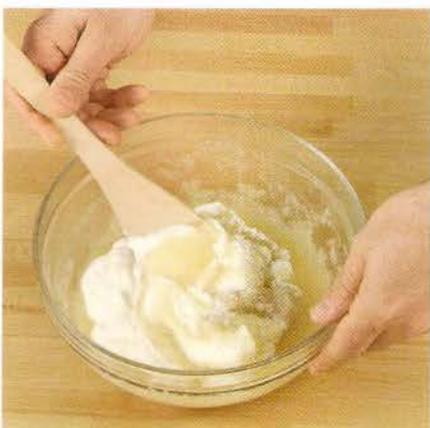
2 Les pommes mixées

En fin de cuisson, mélangez énergiquement la compote sur le feu pendant 5 min en raclant bien le fond de la casserole avec la spatule. Arrêtez la cuisson des pommes lorsqu'elles sont parfaitement en marmelade. **Mixez-les pour obtenir une consistance très lisse.** Incorporez 2 cuil. à soupe de miel gâtinais.



3 Pour le décor

Épluchez 2 pommes et émincez-les en fines tranches. Faites bouillir 30 cl d'eau avec 150 g de sucre. **Ajoutez dans ce sirop bouillant les tranches de pommes.** Faites-les pocher sur feu très doux en maintenant un léger frémissement pendant 15 min. Laissez refroidir dans le sirop.



4 Le service

Fouettez 15 cl de crème fraîche liquide très froide. En fin de préparation, ajoutez 20 g de sucre glace tout en continuant de fouetter. **Incorporez délicatement la crème à la compote de pommes mixées.** Répartissez dans des coupelles. Décorez de quartiers de pommes au sirop et servez bien frais.

Votre marché

Choisissez des pommes reinette ou reinette du Canada. Leur saveur acidulée permet l'ajout de miel sans que le résultat ne soit trop sucré.

L'avis du gourmet

Le miel donne une nouvelle saveur à la pomme. À déguster avec un petit verre de calvados pour les amateurs de sensations fortes. Ou plus simplement avec une bolée de cidre.

Secrets de fabrication

- Le miel peut être incorporé dans la compote mixée si elle est encore bien chaude, ou au mixeur si la compote est froide.
- La quantité de miel dépend de la teneur en sucre des pommes. N'hésitez pas à goûter et à rectifier. Si vous pensez avoir mis trop de miel, rajoutez un filet de jus de citron.

Micro-ondes

Sachez que la cuisson au micro-ondes réussit bien aux pommes: environ 5 min à puissance moyenne, pommes émincées et étalées sur un grand plat rond et couvert d'un film.

Autre saveur

Vous pouvez ajouter une demi-gousse de vanille fendue et grattée dans la casserole.

oranges aux amandes et au miel

Ces oranges tièdes aux saveurs de miel, accompagnées de quartiers d'orange frais, sont entourées d'un délicieux caramel liquide aux amandes.



ingrédients pour 4 personnes

- 5 oranges
- 3 cuil. à soupe de miel liquide
- 30 g d'amandes effilées
- 2 cuil. à soupe de Grand Marnier
- 70 g de sucre en poudre
- quelques brins de menthe (décor)

matériel:

plat à four / couteau économe / couteau à lame fine et pointue

Facile



Coût



Préparation 15 min

Cuisson 10 min



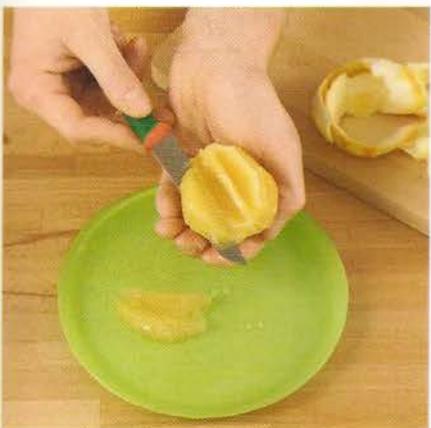
1 Les oranges

Préchauffez le gril de votre four. Dans un bol, mélangez 3 cuil. à soupe de miel liquide avec 2 cuil. à soupe de Grand Marnier. Lavez 5 oranges et essuyez-les. Coupez 4 fruits en deux, rangez-les dans un plat à four, côté pulpe au-dessus. **Nappez-les du mélange de miel et de liqueur.**



2 Les zestes

Enfournez et faites cuire 5 min. Sortez le plat du four et posez 2 demi-oranges dans chaque assiette. Prélevez le zeste de 1 orange avec un couteau économe puis coupez-le en très fines lanières. **Mettez celles-ci dans une casserole d'eau froide**, portez à ébullition, puis rafraîchissez-les.



3 Le caramel

Pelez l'orange à vif et détachez les quartiers en retirant les membranes. Répartissez-les dans les assiettes. Versez 70 g de sucre dans une petite poêle. Ajoutez 2 cuil. à soupe d'eau, mélangez et faites cuire sans remuer pour obtenir un caramel blond. Versez 4 cuil. à soupe d'eau froide.



4 La finition

Ajoutez 30 g d'amandes effilées dans le caramel liquéfié et poursuivez la cuisson 1 min en remuant la poêle régulièrement. Parsemez les oranges de zestes bien égouttés, **versez tout autour le caramel aux amandes.** Décorez de feuilles de menthe très fraîches et servez aussitôt.

Secrets de fabrication

- Faites attention, en prélevant le zeste de l'orange, à ne pas prendre de peau blanche, amère.
- Pour retailler les zestes d'orange en lanières fines, opérez sur une planche à découper.
- Séparez les quartiers avec un couteau à lame fine et pointue, en l'introduisant entre les membranes et la pulpe.
- Protégez-vous la main d'un gant en versant l'eau froide sur le caramel pour en stopper la cuisson: les projections sont brûlantes!

L'avis du gourmet

Un dessert tout simple mais élégant, aux saveurs méditerranéennes, que l'on se plaît à retrouver en plein cœur de l'hiver. Accompagnez-le d'eau fraîche, d'un vin d'orange servi frais ou encore d'un petit verre de Grand Marnier servi sur glaçon.

Votre marché

- Choisissez des oranges pour la table, non traitées.
- Utilisez un miel à la saveur pas trop puissante pour qu'elle ne masque pas celle des oranges.

papillotes de fruits, sauce chocolat

Des saveurs fruitées enfermées dans une belle papillote, rehaussées par une glace vanille et la chaleur d'une sauce onctueuse.



ingrédients pour 4 personnes

- 4 bananes naines des Antilles
- 2 pêches, 1 orange
- 4 petites grappes de groseilles
- 1 barquette de fraises des bois
- 150 g de chocolat noir
- 4 boules de glace vanille (ou framboise)
- 10 cl de crème fraîche + 5 cl de lait
- 30 g de beurre + 40 g pour les papillotes

- 2 cuil. à soupe de vinaigre balsamique
- 1 cuil. à soupe de marmelade d'abricots
- 1 cuil. à soupe de miel
- 4 bâtonnets d'angélique confite (décor)
- 4 feuilles de bergamote (facultatif)

matériel:

papier sulfurisé / cuillère à glace / fouet à main

Facile



Coût

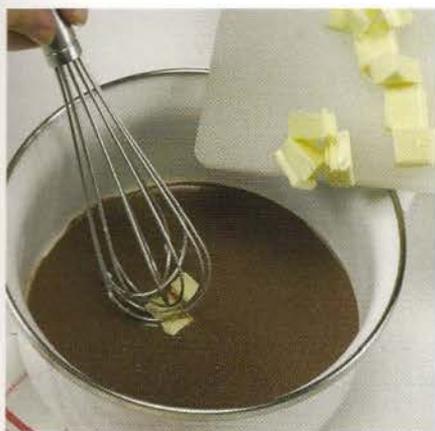


Préparation 20 min

Marinade 10 min



Cuisson 25 min



1 La sauce chocolat

Coupez 150 g de chocolat en petits morceaux. Faites bouillir 10 cl de crème fraîche. Ajoutez le chocolat. Faites fondre en remuant de temps à autre sur feu doux. Délayez avec 5 cl de lait, chauffez 2 min. **Hors du feu, incorporez 30 g de beurre en parcelles.** Gardez au chaud au bain-marie.



2 La marinade de fruits

Pressez 1 orange. Dans un bol, délayez 1 cuil. à soupe de miel et autant de marmelade d'abricots avec 2 cuil. à soupe de vinaigre et le jus d'orange. Coupez 2 pêches en quartiers et **4 petites bananes, en rondelles.** Ajoutez les groseilles et les fraises. Arrosez du jus et laissez mariner 10 min.



3 La papillote

Beurrez 4 grands rectangles de papier sulfurisé. Relevez les bords pour que le jus ne s'échappe pas. Répartissez sur la moitié tous les fruits et leur marinade. Ajoutez 1 feuille de bergamote. Rabattez le papier pour obtenir un carré. **Fermez par petits plis successifs pour obtenir un bord ourlé.** Faites cuire 15 à 20 min dans le four préchauffé à 210°C (th. 7).



4 Les finitions

Présentez chaque papillote sur une assiette, apportez-les à table avec la glace à la vanille ou à la framboise et la sauce. **Ouvrez-les sous l'œil des invités qui pourront en humer le fumet, en donnant un coup de ciseaux en croix sur le dessus.** Posez au milieu une boule de glace, piquez-la de bâtonnets d'angélique confite et proposez la sauce chocolat.

Pour changer

En variante exotique : des cubes de papaye, du lait de coco sucré et quelques bonbons caramel concassés.

L'avis du gourmet

Rien de tel pour enfermer les saveurs que la cuisson en papillote ! De plus, la papillote garde la chaleur très longtemps, ce qui permet de savourer son plat en toute quiétude. Encore plus gourmand : accompagnez de petits sablés bretons et d'un verre de sauternes.

Secrets de fabrication

Pour éviter que la glace ne fonde trop vite dans la papillote chaude, préparez les boules à l'avance et stockez-les sur une assiette, au congélateur, couvertes d'un film alimentaire.

Plus simple

On peut remplacer la marinade des fruits par un jus de citron bien sucré.

Votre marché

Petites, fermes et acidulées, les petites bananes antillaises conviennent mieux à cette recette. On en trouve sur les marchés et dans la plupart des grandes surfaces.

papillotes de fruits exotiques au miel

Intrigantes et excitantes, les papillotes ? D'une grande légèreté, elles ne peuvent que réjouir les palais avec leur contenu issu de pays lointains.



ingrédients pour 4 personnes

- 1 mangue
- 1 petit ananas victoria
- 4 kiwis
- 1 citron vert
- 4 cuil. à soupe de rhum blanc
- 4 pincées de vanille pure
- 4 cuil. à café de miel

matériel :
papier sulfurisé

Facile



Coût



Préparation 20 min

Cuisson 5 min



Votre marché

- Les petits ananas victoria sont beaucoup plus parfumés que les gros fruits.
- Achetez une belle mangue et des kiwis à l'avance et laissez-les mûrir à température ambiante.
- Choisissez un miel fluide, au parfum discret.

1 L'ananas

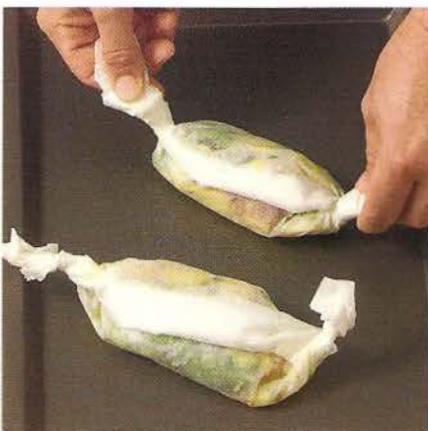
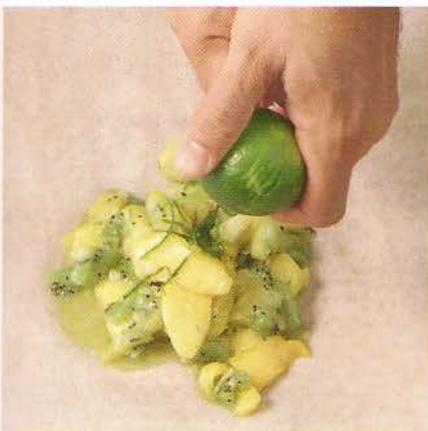
Préchauffez votre four à 200 °C (th. 6-7). Préparez 4 grands carrés de papier sulfurisé. Coupez le plumet d'un petit ananas, retirez la peau, **supprimez les « yeux » avec la pointe d'un couteau économe**. Coupez le fruit en quatre, supprimez le cœur dur, puis recoupez la pulpe en morceaux peu épais.

2 Les autres fruits

Pelez une mangue. Détachez la chair de chaque côté du noyau et coupez-la en lamelles. Pelez 4 kiwis, coupez-les en quatre de haut en bas et recoupez ces quartiers en lamelles. **Répartissez les fruits au centre des carrés de papier**. Frottez 1 citron vert sous l'eau chaude et essuyez-le.

L'avis du gourmet

Trois plaisirs en un : tenter de deviner le contenu de la papillote, humer les parfums qui s'en échappent, et, au final, la déguster. Soulignez le côté exotique avec un petit verre de très bon rhum pour les adultes. Offrez de l'eau fraîche aux plus jeunes.



Secrets de fabrication

- Fermez les papillotes le plus hermétiquement possible en tortillant soigneusement les deux extrémités. Déposez-les sur la plaque du four en les espaçant les unes des autres.
- Si vous craignez l'alcool, faites chauffer le rhum et flambez-le avant d'y ajouter le jus de citron vert.

Variantes

Vous pouvez agrémenter ces papillotes d'une boule de glace à la vanille ou au rhum ou de sorbet au citron vert.

3 L'assaisonnement

Râpez finement un peu de zeste de citron vert au-dessus des fruits. Parsemez d'une petite pincée de vanille. Arrosez le contenu de chaque carré avec 1 cuil. à café de miel. Coupez le citron en deux et pressez-le. Mélangez 2 cuil. à soupe de son jus avec 4 cuil. à soupe de rhum blanc.

4 Les papillotes

Relevez les 4 côtés des papillotes. Arrosez les fruits avec le rhum au citron. **Fermez hermétiquement les papillotes** en roulottant ensemble 2 bords opposés puis tortillez les deux extrémités. Mettez sur la plaque du four et laissez cuire 5 min. Déposez les papillotes sur les assiettes, servez tiède.

crème de poires chocolat et cannelle

Renforcée de **chocolat blanc**, cette crème à base de poire a une saveur d'ailleurs, grâce à la cannelle, à la vanille et à la noix de coco.



ingrédients pour 4 personnes

- 4 poires
- 20 cl de lait de coco
- 125 g de chocolat blanc
- 1 bâton de cannelle
- 1/2 gousse de vanille
- 1 cuil. à soupe de jus de citron
- 125 g de sucre en poudre

matériel :

- bain-marie / robot ménager /
- 4 coupes individuelles

Facile



Coût



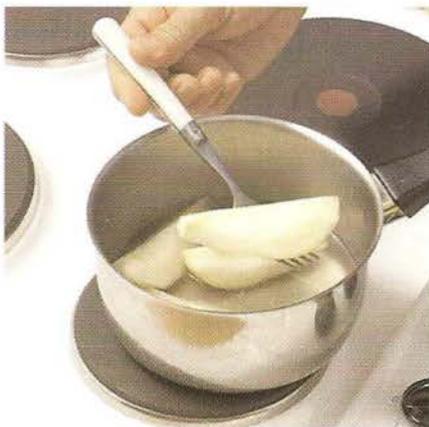
Préparation 20 min

Cuisson 25 min

Réfrigération 2 h



1 Le sirop
Mettez 100 g de sucre dans une casserole, versez 25 cl d'eau, ajoutez 1 bâton de cannelle et 1 cuil. à soupe de jus de citron. **Grattez l'intérieur d'une demi-gousse de vanille au-dessus de la casserole**, ajoutez également la gousse. Portez à ébullition et laissez frémir doucement pendant 5 min.



2 La cuisson des poires
Pelez 4 poires bien mûres avec un couteau économe, coupez-les en quatre, enlevez le cœur et les pépins, plongez-les dans le sirop, couvrez la casserole et laissez-les cuire à petits frémissements de 10 à 15 min selon leur maturité. **Laissez les fruits refroidir dans leur sirop de cuisson.**



3 Le chocolat
Cassez 125 g de chocolat blanc en morceaux, placez-les dans une jatte supportant la chaleur. Faites réduire de moitié 20 cl de lait de coco. Laissez tiédir. **Versez-le sur le chocolat blanc.** Placez la jatte au-dessus d'un bain-marie frémissant et laissez fondre doucement le tout sans remuer.



4 La finition
Égouttez les poires, placez-les dans le bol du robot ménager et réduisez-les en purée. Mélangez le chocolat fondu. **Hors du feu, incorporez la purée de poires et mélangez soigneusement.** Répartissez la crème entre 4 coupes individuelles, placez au réfrigérateur et laissez refroidir au moins 2 h.

Votre marché

- Choisissez de préférence des poires beurré hardy ou conférence bien mûres.
- Vous pourrez également utiliser de la crème de coco solide : râpez-la au-dessus du chocolat et ajoutez 2 cuil. à soupe de crème liquide. Vendue en petits pains rectangulaires dans les épiceries chinoises, elle se conserve très longtemps au réfrigérateur.

L'avis du gourmet

Servez cette crème très fraîche. Accompagnez-la de biscuits secs au chocolat ou à la noix de coco.

Secrets de fabrication

- Le temps de cuisson des poires dépend de leur degré de maturité : elles doivent être suffisamment tendres pour être réduites en purée au robot. Vérifiez la cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau qui ne doit rencontrer aucune résistance.

Pour le décor

- Garnissez chaque coupe d'un brin de menthe fraîche ou d'un physalis (amour en cage) ou arrosez d'un filet de caramel.

douillons aux poires

Rehaussées d'une sauce au fruit de la passion, ces succulentes poires se présentent dans un habit feuilleté croustillant.



ingrédients pour 4 personnes

- 4 petites poires
- 12 fruits de la passion
- 400 g de pâte feuilletée
- 1 œuf
- 50 g de beurre
- 1 bâton de cannelle
- 1/2 citron
- 150 g de sucre en poudre
- 1 pincée de sel
- quelques brins de menthe (décor)

matériel :

passoire fine / plaque à pâtisserie / fouet à main / pinceau à pâtisserie

Expérimenté ★★★

Coût 🐷🐷

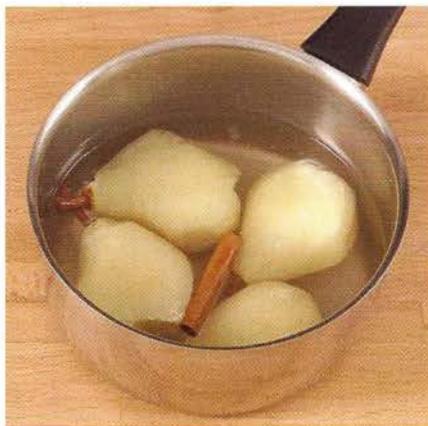
🕒 Préparation 25 min

Repos 30 min

👨‍🍳 Cuisson 30 min



1 Le sirop
 Pelez 4 poires en laissant la queue attachée. Arrosez-les avec le jus de 1/2 citron. Coupez 12 fruits de la passion en deux et **recueillez la pulpe avec une petite cuillère**. Filtrez-la dans une passoire fine. Versez le jus recueilli dans une casserole avec 10 cl d'eau, 150 g de sucre et 1 bâton de cannelle.



2 Cuisson des poires
 Déposez les poires dans le sirop frémissant. Couvrez et laissez cuire 15 min. **Laissez refroidir dans le sirop**. Préchauffez votre four à 210 °C (th. 7). Étalez 400 g de pâte feuilletée sur 3 mm d'épaisseur et coupez-la en quatre. Posez un fruit bien égoutté au centre de chaque portion de pâte.



3 Les douillons
 Battez 1 œuf avec 1 pincée de sel. **Badigeonnez d'œuf battu la portion de pâte restée libre**. Relevez la pâte contre le fruit et pincez-la autour de la queue, en laissant dépasser celle-ci. Retirez l'excédent de pâte. Posez les douillons sur une plaque à pâtisserie humide. Badigeonnez-les d'œuf battu.



4 La sauce
 Faites cuire au four 15 min environ, jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Laissez tiédir. Faites réduire le sirop de cuisson des poires des deux tiers. Retirez du feu et **incorporez progressivement 50 g de beurre en dés en fouettant**. Entourez les douillons de cette sauce. Décorez de menthe fraîche.

Votre marché

Achetez des poires à chair ferme, fine et bien parfumée : william ou doyné du comice selon la saison, de même calibre, juste mûres. Les fruits de la passion à maturité sont reconnaissables à leur écorce fripée.

L'avis du gourmet

Qu'on les appelle douillons ou rabottes, comme dans certaines parties de la Normandie, ces poires fondantes dégagent tout leur parfum dès que leur habit croustillant est entrouvert. Savourez-les avec un jurançon moelleux.

Secrets de fabrication

- Utilisez une casserole très étroite pour pocher les poires, car le sirop doit arriver le plus haut possible. Si cela n'est pas possible, couchez-les et tournez-les à mi-cuisson.
- Laissez refroidir totalement les poires, égouttez-les et essuyez-les avec du papier absorbant avant de les envelopper dans la pâte feuilletée.

Pour le décor

Découpez 4 feuilles dans les chutes de pâte et collez-les sur le haut des douillons avec de l'œuf battu.

poires farcies à la ganache

Les poires pochées dans un sirop font un délicieux dessert d'hiver mais elles sont meilleures farcies d'une exquise ganache au chocolat noir.



ingrédients pour 4 personnes

- 4 belles poires
- 100 g de chocolat noir
- 1 citron
- 20 g de beurre
- 4 cuil. à soupe de crème fraîche liquide
- 300 g de sucre en poudre
- quelques brins de menthe fraîche (décor)

matériel :

passoire fine / écumoire / fouet à main / vide-pomme / poche munie d'une douille cannulée / bain-marie

Expérimenté ★★★

Coût 

 Préparation 25 min

 Cuisson 30 min

Refroidissement 2 h



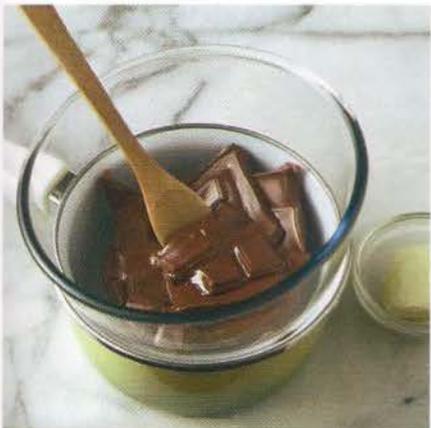
1 Le sirop

Coupez 1 citron en deux et pressez-le. Filtrez le jus et mettez-le dans une casserole. **Versez dessus 1 litre d'eau froide et ajoutez 300 g de sucre.** Mélangez et chauffez à feu doux jusqu'à ce que le sucre soit fondu. Portez ensuite à ébullition et laissez cuire le sirop 5 min à petite ébullition.



2 Les poires

Pelez 4 poires avec un couteau économe en laissant la queue attachée au fruit, plongez-les dans le sirop, en veillant à ce qu'elles soient immergées et laissez-les cuire à feu doux, jusqu'à ce qu'elles deviennent translucides. **Égouttez-les avec une écumoire** et laissez-les refroidir sur une assiette.



3 La ganache

Cassez 100 g de chocolat en morceaux, mettez-les dans une jatte supportant la chaleur, **placez celle-ci dans un bain-marie frémissant et laissez fondre.** Ajoutez 20 g de beurre, mélangez; incorporez 4 cuil. à soupe de crème fraîche liquide et mélangez au fouet à main pour obtenir une crème. Laissez refroidir 2 h.



4 La finition

Un peu avant de servir, coupez le sommet et la base des poires, **puis retirez le cœur avec un vide-pomme, en les maintenant d'une main sur le plan de travail.** Posez-les sur les assiettes. Mettez la ganache dans une poche munie d'une douille cannulée et emplissez-en le cœur. Garnissez d'un brin de menthe fraîche.

Secrets de fabrication

- N'oubliez pas le jus de citron qui doit empêcher les poires de jaunir.
- Laissez bien refroidir la ganache pour qu'elle ne soit pas liquide.
- À défaut de poche à douille, confectionnez un petit cornet en papier ou utilisez un entonnoir dans lequel vous pousserez la ganache avec le dos d'une cuillère.

L'avis du gourmet

Poire et chocolat: de quoi faire saliver les gourmands! Vous pouvez entourer les poires du reste de ganache s'il y en a ou de copeaux de chocolat. Et pour les plus gourmands, ajoutez sur l'assiette une boule de glace à la vanille. Savourez en même temps un sauternes ou un cadillac.

Votre marché

- Achetez de grosses poires fermes, mais mûres à point et de même calibre.
- Pour la ganache, optez pour un chocolat noir riche en cacao (70 %) dont la saveur soutenue contrastera avec la douceur des poires.

salade de fruits d'hiver

Rien de tel qu'une salade de fruits venus d'outre-mer pour clore un repas un peu riche ou **pour ensoleiller une journée par trop hivernale.**



ingrédients pour 4 personnes

- 1 grosse mangue
- 2 kiwis
- 16 lichis
- 1 grenade
- 1 citron vert
- 2 cuil. à soupe d'alcool de poire

matériel :

presse-citron / coupe de service en verre ou 4 coupes individuelles ou 4 verres à pied / film alimentaire

Facile

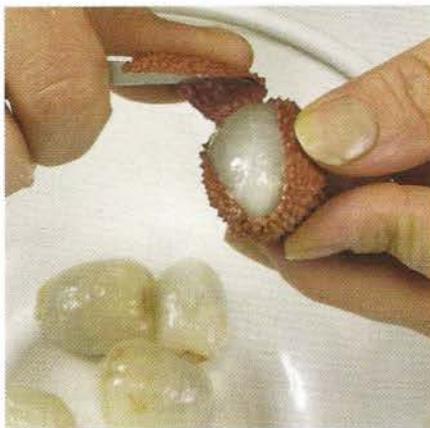
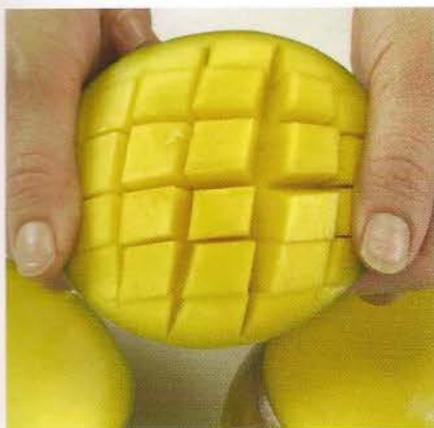


Coût



Préparation 15 min

Réfrigération 1 h



1 La mangue

Posez 1 mangue debout sur une planche à découper. Taillez les deux «joutes» de chaque côté du noyau. Prenez une «joute» dans la main gauche et entaillez-la en diagonales, dans les deux sens, jusqu'à la peau. **Poussez sous la peau avec vos doigts pour faire ressortir les cubes de chair** et faites-les tomber dans un saladier.

2 Kiwis et litchis

Pelez 2 kiwis, coupez-les en deux de haut en bas, puis recoupez-les en demi-rondelles d'environ 5 mm d'épaisseur. Ajoutez-les aux cubes de mangue. **Entaillez l'écorce de 16 litchis avec un petit couteau pointu**, au-dessus du saladier pour recueillir éventuellement le jus, et faites tomber les fruits dans le saladier.



3 L'assaisonnement

Coupez 1 citron vert en deux, pressez-le et arrosez les fruits avec **2 cuil. à soupe de son jus**. Arrosez ensuite avec 2 cuil. à soupe d'alcool de poire. Mélangez délicatement avec une cuillère à soupe. Couvrez le saladier de film alimentaire, mettez au réfrigérateur et laissez macérer la salade de fruits pendant au moins 1 h.

4 La grenade

Coupez la grenade en deux, **sortez les graines avec une petite cuillère**, au-dessus d'une jatte, puis retirez patiemment toutes les peaux blanches. Ajoutez les graines de grenade et le jus recueilli aux autres fruits, dans le saladier. Mélangez, puis transvasez la salade de fruits dans la ou les coupe(s) de service.

Pour les enfants

Remplacez l'alcool de poire par 1 cuil. à soupe de sirop de sucre de canne ou par un peu de jus d'ananas.

Conseil minceur

Si les fruits sont mûrs à point, il est inutile d'ajouter du sucre, ce qui fait de cette salade un dessert très léger.

Votre marché

Le rouge est indispensable ! Si vous ne trouvez pas de grenade, portez à ébullition 2 cuil. à soupe de sucre avec 1 cuil. à soupe d'eau et faites cuire 3 cuil. à soupe de groseilles rouges congelées pendant 3 min.

L'avis du gourmet

Mieux que tout autre, le parfum de l'alcool de poire apporte un plus appréciable sans pour autant écraser le parfum des fruits utilisés. Ici, la mangue doit être mûre à point, de même que les kiwis et les litchis. Attention aux fruits encore verts ou un peu passés.

Pour changer

Déposez dans chaque assiette 1 rondelle d'ananas, puis disposez harmonieusement autour 2 kumquats et 1 kiwi coupés en rondelles, et 4 litchis dénoyautés. Parsemez le tout avec la pulpe d'un fruit de la passion et assaisonnez.

sauté de fruits rouges

Juste saisis et soulignés d'un trait de vin rouge et de crème de cassis, ces fruits chauds dégagent l'intensité de leurs merveilleux parfums.



ingrédients pour 4 personnes

- 300 g de fraises
- 125 g de framboises
- 80 g de groseilles rouges
- 60 g de cassis
- 1/2 litre de glace à la pistache
- 3 cuil. à soupe de crème de cassis
- 3 cuil. à soupe de vin rouge

- 30 g de sucre en poudre
- 30 g de beurre

matériel :

4 petites assiettes creuses / papier absorbant

Facile



Coût

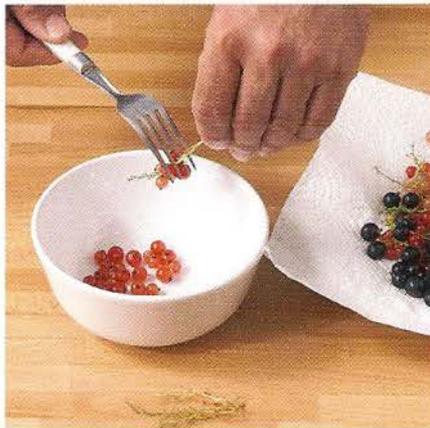


Préparation 20 min

Repos 1 h



Cuisson 20 min

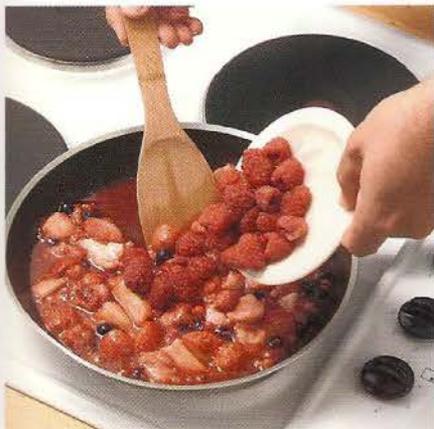


1 La préparation des fraises

Lavez rapidement 300 g de fraises, sans les laisser tremper. Égouttez-les sur du papier absorbant. **Ôtez le pédoncule en coupant le haut du fruit avec un petit couteau**, puis recoupez les fraises en deux ou en quatre, de haut en bas, selon leur grosseur. Essayez délicatement 125 g de framboises.

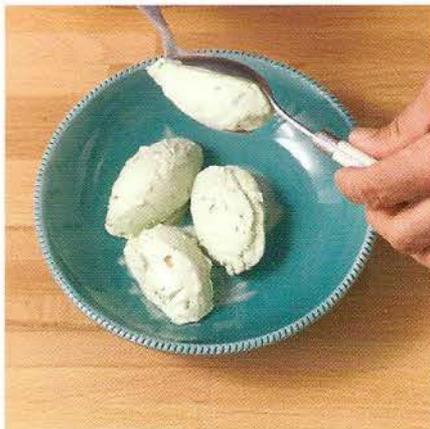
2 La préparation des baies

Lavez 80 g de groseilles et 60 g de cassis. Épongez-les avec du papier absorbant. Mettez de côté 4 belles grappes de groseille. **Égrappez le reste des groseilles et le cassis au-dessus d'un bol, avec une fourchette**. Faites fondre 30 g de beurre dans une poêle, puis saupoudrez de 30 g de sucre.



3 Le sauté

Lorsque le mélange est bien chaud, versez les fraises, les groseilles et le cassis dans la poêle. Augmentez le feu et faites sauter les fruits pendant 3 min. **Ajoutez ensuite les framboises**, mélangez, versez 3 cuil. à soupe de vin rouge et 3 cuil. à soupe de crème de cassis. Portez à ébullition.



4 Les quenelles de glace

Grattez doucement le fond de la poêle avec une spatule en bois. Répartissez les fruits dans 4 petites assiettes creuses. **Moulez des quenelles de glace à la pistache à l'aide de deux cuillères à soupe** et déposez-en une sur chaque assiette. Garnissez d'une grappe de groseille. Servez aussitôt.

Pour le décor

Décorez chaque assiette de 2 grappes de groseille, l'une nature et l'autre givrée. Pour cela, passez une des grappes dans du blanc d'œuf légèrement battu à la fourchette pour le liquéfier, puis dans du sucre glace. Laissez sécher sur du papier sulfurisé.

L'avis du gourmet

Les fruits rouges et la pistache ont toujours réalisés d'harmonieuses associations... Pour enrichir encore la saveur des fruits rouges, vous pouvez remplacer la crème de cassis par de la crème de mûres.

Secrets de fabrication

- Ne soyez pas tenté de laver les framboises, elles se gorgeraient d'eau et perdraient toute leur saveur. Si cela paraît nécessaire, essayez-les doucement.
- Pendant la cuisson, ne remuez pas les fruits avec une cuillère mais agitez simplement la poêle. Prenez garde de ne pas écraser les fruits en grattant le fond de la poêle.
- Pour mouler les quenelles, trempez les cuillères dans de l'eau chaude. Arrondissez le dessus de la quenelle avec la seconde cuillère.

taboulé sucré aux fruits

Inspirée par le célèbre taboulé libanais, cette recette met la graine de couscous à l'honneur dans un dessert aux saveurs orientales.



ingrédients pour 4 personnes

- 200 g de graines de couscous moyen
- 1 melon
- 1 tranche de pastèque
- 1 barquette de groseilles ou de cassis
- 1/4 d'ananas
- 3 oranges
- 1 citron vert
- 2 cuil. à soupe de raisins secs
- 8 dattes
- 1 cuil. à soupe de cannelle en poudre
- 30 g de sucre glace
- 1 cuil. à soupe de sucre en poudre
- 1 brin de menthe fraîche (décor)

matériel: presse-agrume

Facile

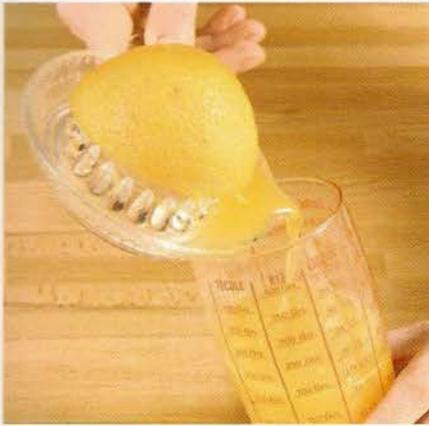


Coût



Préparation 25 min

Macération 1 h



1 Le jus de fruit

Pressez 3 oranges. **Mesurez le jus ainsi obtenu** et complétez éventuellement avec de l'eau froide de façon à obtenir 30 cl de liquide. Pressez également le citron vert. Mélangez avec le jus d'orange. Recouvrez d'un film alimentaire et entreposez au réfrigérateur.



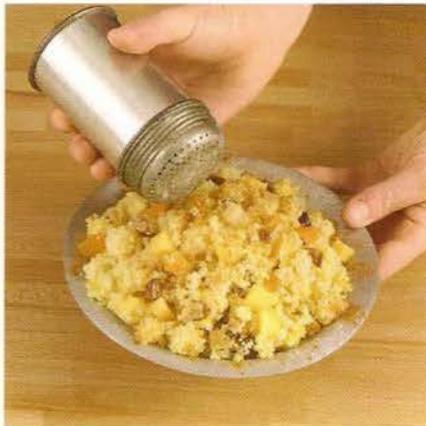
2 La semoule

Versez 200 g de graines de couscous dans un très grand saladier. Arrosez du jus d'orange et de citron. Ajoutez 1 cuil. à soupe de sucre en poudre ainsi que 2 cuil. à soupe de raisins secs. **Mélangez délicatement à la fourchette.** Laissez gonfler au frais pendant au moins 1 h.



3 La garniture

Dénoyotez 8 dattes, **coupez-les en petits dés.** Épépinez 1 melon et 1 tranche de pastèque. Coupez leur chair également en petits dés. Épluchez 1/4 d'ananas et coupez-le en petits morceaux. Incorporez délicatement tous ces fruits à la semoule. Remettez au frais.



4 La finition

Juste avant de servir, mélangez le taboulé. Parsemez-le ensuite de 1 cuil. à soupe de cannelle en poudre et **saupoudrez de 30 g de sucre glace.** Rincez le contenu d'une barquette de groseilles et épongez sur du papier absorbant. Parsemez-en le taboulé. Décorez d'un brin de menthe fraîche et servez.

Pour changer

- Vous pouvez remplacer l'ananas par une poire ferme et juteuse.
- Attention aux fruits fragiles (groseilles ou cassis), qui sont à incorporer délicatement au tout dernier moment.
- Pour accentuer la note exotique, ajoutez à la semoule un peu de zeste de citron râpé et de l'eau de fleur d'oranger.

L'avis du gourmet

La présence de dattes et de cannelle apporte à ce dessert une touche orientale. Un gewurztraminer ou un muscat compléteront agréablement la saveur fruitée et épicée de l'ensemble.

Secrets de fabrication

- N'hésitez pas à préparer ce dessert longtemps à l'avance pour que la semoule ait bien le temps de s'imprégner du jus et des saveurs des fruits.
- La semoule doit être bien gonflée au terme de la macération. Égrainez-la de temps à autre à la fourchette.

Votre marché

Préférez une semoule moyenne. Avec une semoule trop fine, le taboulé prendrait un aspect plus compact, moins gourmand.