

alimentarium



Atelier fruits rouges

Atelier fruits rouges

Tarte aux fraises

Recette pour 1 personne, 2 tartelettes



Ingrédients

100 ml de lait

25 g de sucre

40 g de jaune d'œuf (un jaune d'œuf = 20 g)

Un peu de vanille

10 g de maïzena

20 g de beurre

2 fonds de tartelette

120 g de fraises

5 g de nappage

Réalisation

- Faire bouillir le lait
- Blanchir le jaune, le sucre, la maïzena et un peu de lait froid
- Mélanger le tout dans la casserole et cuire jusqu'à épaississement
- Ajouter le beurre
- Réserver au froid

- Laver et équeuter les fraises
- Garnir les fonds de tartelettes de crème
- Disposer les fraises
- Napper

Milkshake

Recette pour 1 personne



Ingrédients

100 ml de lait

100 g de yaourt

50 g de fruits rouges

30 g de sucre de canne

Réalisation

- Laver les fruits rouges
- Mixer tous les ingrédients au Blender