Ile flottante sur soupe de fraises

Dessert | 4 portions | Prép. 30 min. | Total 30 min.

Un dessert très frais idéal pour finir vos repas d'été, simple, beau et un vrai délice ! Photos Lucile Humbert Ingrédients pour 4 personnes : 400g de fraises 1 citron vert (ou jaune) 1 sachet de sucre vanillé 4 cuillères à soupe de sucre en poudre Feuilles de menthe 3 œufs Préparation : Équeutez vos... Source: https://lespetitsplatsdechristopher.com/2014/06/24/soupe-de-fraises-facon-ile-flottante/

Ingrédients

- **400g** fraise
- **3** Oeuf
- **1 sachet** sucre vanillé
- **4 cuillères à soupe** sucre semoule
- menthe
- **1** citron vert

Préparation

1. Équeutez vos fraises et les rincer.

   Conservez 3 fraises par assiettes pour la décoration.

2. Mettre au mixeur le reste des fraises avec le jus d'un demi citron vert, 4 feuilles de menthe et le sucre vanillé. Bien mixer le tout jusqu'à l'obtention d'une soupe lisse. Conservez au frais.

3. Râpez la moitié du citron vert pour récupérer le zeste.

4. Séparez les blancs des jaunes, ajoutez une pincée de sel au blanc et montez les blancs en ajoutant à la fin les cuillères de sucre en poudre et le zeste. Les blancs doivent être bien ferme.

   Huilez légèrement un petit bol et remplissez le des blancs de la meringue en prenant soin de ne pas laisser de bulles d'air.

   Placez le bol au centre du micro-onde et mettre 10 secondes à puissance maximum.

   Ajouter 2 à 3 secondes si nécessaire.

5. Dans une assiette creuse versez un peu de soupe et démoulez à l'aide d'un couteau la meringue au centre, décorez avec une feuille de menthe et quelques morceaux de fraises. Dégustez frais !

Tags

sans cuisson | rapide | festif | sans gluten | estival