

Tiramisu fruits exotiques - Speculoos

Dessert



Note : 1

Portions :6 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :120 min

Calories par portion : 348.167 Kcal

Charge glycémique par portion: 20.182

Les ingrédients

- 1.0 u Mangue
- 200.0 gr Litchi
- 250.0 gr mascarpone
- 2.0 u Oeuf
- 50.0 gr Sucre
- 12.0 u Speculoos
- 2.0 p Cannelle

Préparation de la crème

Si vous pouvez, préparez la crème 4 h à l'avance, pour la laisser prendre au frais. Ce n'est pas indispensable, mais elle se tiendra mieux.

Battre les jaunes d'œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter le mascarpone, et mélanger.

Battre un blanc d'œuf en neige ferme, l'incorporer délicatement au mélange au mascarpone. Réserver, filmé au réfrigérateur.

Préparation des fruits

Eplucher la mangue, couper la chair en dés. Egoutter les litchis, les couper en morceaux.

Mélanger les fruits, ajouter la cannelle.

Dressage des desserts

Au moment de servir, casser les speculoos en gros morceaux.

Les répartir au fond de six coupes ou verres transparents.

Ajouter le mélange de mangue et litchis, puis la crème au mascarpone.

