Gratin de fruits rouges de saison

04/06/2019 à 13h24

Par Paul Blouet

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

Le sabayon :

- 4 jaunes d'œufs
- 2 cuillères à soupe de crème de soja
- 2 cuillères à soupe de sucre de canne
- ½ verre de jus d'orange

- 12 fraises
- 1 barquette de framboises

Préparation :

Le sabayon:

- Fouettez les jaunes et le sucre;
- Ajoutez la crème de soja et le jus d'orange;
- Fouettez pour monter en sabayon au bain-marie jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse;
- Ou sur le feu doux pour les plus pressés mais, attention, fouettez énergiquement pour ne pas cuire les jaunes et faire des grumeaux.

Le dressage :

- Mettez les fruits dans une assiette creuse ou un plat à gratin;
- Versez le sabayon et passez sous le grill;
- Surtout restez devant, cela gratine très vite !!!

L'astuce du chef :

- Attention à surtout bien fouetter le sabayon pendant la cuisson, pour éviter de le faire bouillir ;
- Les 3 premières minutes, votre sabayon est très mousseux puis, au bout de 4 à 5 minutes, il devient onctueux, arrêtez la cuisson et mettez-le aussitôt sur les fruits ;
- Il peut être préparé à l'avance et donc consommé froid
  La cuisson sous le grill sera doublée.