

Mousse de fraises



Dessert **Facile**

Pour : 3 personnes

Préparation : 15 mn

Repos : 2 h

Cuisson : 5 mn

Cette mousse est toute en légèreté. Elle convient parfaitement à un gourmet diabétique si le sucre est remplacé par de l'édulcorant.

Ingrédients

- 250 g de fraises
- 300 g de fromage blanc
- 16 g d'édulcorant - ou 80 g de sucre fin
- 185 g de lait
- 1,5 cc d'agar-agar
- quelques fraises et feuilles de menthe - pour la décoration

Préparation

- 1 Laver et équeuter les fraises. Les mixer finement avec le fromage blanc et le sucre.
- 2 Dans une casserole, verser le lait et l'agar-agar. Mettre à chauffer jusqu'à ébullition et laisser bouillir 1 minute. Verser sur les fraises mixées. Mixer le tout à nouveau une minute.
- 3 Verser dans des coupes. Laisser refroidir et mettre au réfrigérateur environ 2 heures.
- 4 Au moment de servir, décorer le dessus de la mousse avec une fraise et une feuille de menthe.

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

