

Les fiches recettes de la Cuisine de Fred

Ananas confit au miel et à la vanille et son espuma de crème

Ingrédients (pour 4 personnes) :

½ ananas victoria de la Réunion, 2 cas de miel d'acacias, ½ gousse de vanille.
80 g de crème d'Etrez, 1 jaune d'œuf, 2 cas de sucre vanillé maison

Préparation :

L'ANANAS CONFIT : Éplucher et tailler l'ananas en petits cubes. Faire tiédir le miel dans une poêle pendant 2 minutes, puis ajouter les morceaux d'ananas, ainsi que la gousse de vanille, fendue et grattée. Laisser confire à feu doux pendant 7 à 8 min, en remuant de temps en temps (les cubes d'ananas doivent prendre une couleur caramel). Débarrasser et laisser refroidir.

L'espuma de CRÈME: Verser le jaune d'œuf dans un saladier avec le sucre vanillé, fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis ajouter la crème et battre pas trop longtemps pour éviter de la faire tourner au beurre. (Vous pouvez la monter au siphon pour avoir une structure plus aérée)

MONTER LES VERRINES : À l'aide d'une poche à pâtisserie ou d'une cuillère, garnir le fond des verrines avec la crème et répartir, au-dessus, les ananas confits refroidis.

Lexique :

cas = cuillère à soupe

cac = cuillère à café