

MOUSSE AU CITRON VERT ET MENTHE POIVRÉE

Ce dessert est adapté en cas de problèmes en bouche et de diarrhée. Pour les personnes ayant des aphtes, l'acidité n'est pas un problème car le jus des fruits aura été chauffé pendant la préparation.

Temps de préparation : 20 min - Temps de cuisson : 5 min - Temps de repos : 3 heures

Ingrédients

(2 personnes)

- 1,5 citrons verts • 1 c. à c. menthe poivrée • 2 oeufs • 75 g de sucre glace

Préparation

- Séparer les jaunes d'œufs des blancs. Fouetter les jaunes avec le sucre dans une casserole.
- Brosser un citron sous l'eau chaude, le sécher et râper le zeste.
- Presser les deux autres citrons, et verser le jus dans la casserole. Faire épaissir à feu doux sans cesser de remuer. Lorsque la crème nappe la cuillère, retirer du feu, laisser refroidir puis ajoutez les zestes et les feuilles de menthe poivrée.
- Monter les blancs en neige ferme avec une pincée de sel. Les incorporer délicatement à la crème.
- Répartir la préparation dans des ramequins et placer au réfrigérateur.