

Glaces

Sorbet poire baobab


2h05

TEMPS TOTAL

5 min

PRÉPARATION

0

CUISSON

2h

REPOS

133

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le sorbet

400 g **Poire**
120 ml **Jus de poire**
120 ml **Lait d'amande**
2 c. à soupe **Poudre de baobab**
2 c. à soupe **Poudre de lucuma**

Étape 1

Préparation des fruits

- 1 Poser un carré de papier sulfurisé sur le plan de travail.
- 2 Utiliser de préférence des poires bio, cela permet de garder la peau, riche en vitamines.
- 3 Couper les poires en quatre, retirer le coeur et les pépins. Les couper en morceaux et les déposer sur le papier sulfurisé.
- 4 Poser le papier sulfurisé sur une grande plaque. Bien répartir les morceaux de poires sur la plaque pour qu'ils ne se collent pas entre eux.
- 5 Mettre la plaque au congélateur pendant deux heures.

Étape 2

Réalisation de la glace

- 1 Au bout de deux heures, retirer la plaque du congélateur.
- 2 Verser les poires congelées dans le mixeur.
- 3 Ajouter le jus de poire et le lait d'amande.
- 4 Ajouter la poudre de baobab et la poudre de lucuma.
- 5 Mettre le couvercle et mixer jusqu'à obtention d'une

texture fine.

Étape 3

Dressage

- 1** Préparer un récipient avec de l'eau très chaude.
- 2** Prendre une cuillère à glace, la tremper dans l'eau chaude puis former plusieurs boules de glace. Les déposer dans de jolies coupes.
- 3** Si la glace est un peu trop molle, la remettre pendant quelques instants au congélateur.
- 4** Servir sans attendre.