



Torah-Box.com

j u d a ï s m e e n t r e f e m m e s

GATEAU SORBET AUX 4 FRUITS POUR PESSA'H

Pour 8 personnes Temps de préparation : 30mn Congélation : 2h minimum Difficulté : facile

INGREDIENTS

Pour le sorbet :

3 mangues mures coupées en morceaux et congelées la nuit d'avant

450g de fraises vérifiées et congelées la veille

200g de blueberries (bleuets) ou myrtilles vérifiées et congelées la veille

1/2 litre de lait de coco Cachère Lépeşa'h (si vous n'en trouvez pas, prenez un autre lait végétal et mettez-le à bouillir avec 1 tasse à thé de noix de coco râpée Cachère Lépeşa'h) à mettre dans un bac à glaçon et au congélateur pour la nuit

5 cuillères à soupe de miel

1/4 verre de jus d'orange

1 verre d'eau



ASTUCES

Avant de mettre chaque purée de fruits au congélateur, vous pouvez en réserver quelques cuillères de côté, et les mettre dans des moules en silicone en forme de fleurs par exemple. Au moment de décorer le sorbet, vous pourrez les ajouter à vos fruits frais !! C'est très joli.

Pour la décoration :

1/2 Kiwi

1/2 Pitaya (fruit du dragon)

¼ Mangue

REALISATION

Cette recette peut bien sûr être réalisée tout au long de l'année. Elle est très rafraîchissante, appétissante et convient à tous les gourmands, même ceux qui veulent faire attention à leur alimentation.

Pour ce sorbet, vous aurez besoin d'un blender. N'oubliez pas de vérifier avec votre Rav pour la Cachérisation du blender, et, si vous le pouvez, investissez dans un petit blender réservé pour Pessa'h. Ça sert pour les soupes, pour les purées des enfants, pour de bons desserts, et, aujourd'hui, vous pouvez en trouver à des prix très raisonnables.

Sortez tous les fruits du congélateur 5mn avant de les mixer. Mettez les fraises et les blueberries ou myrtilles dans le blender, ajoutez-y 1 cuillère de miel et ¼ de verre d'eau, et mixez jusqu'à obtenir une purée bien homogène. Installez cette première couche de sorbet dans le fond d'un moule en silicone de 20cm de diamètre. Réservez au congélateur.

Dans le même temps, mettez dans le blender (après l'avoir rincé) les morceaux de mangues congelés avec 1 cuillère de miel et le jus d'orange. Mixez jusqu'à l'obtention d'une purée homogène. Sortez le moule du congélateur, mettez-y le sorbet à la mangue, et réservez de nouveau au congélateur.

Rincez de nouveau le blender et mettez-y désormais les cubes de lait de coco et 2 cuillères de miel. Mixez jusqu'à obtenir une purée bien homogène, ajoutez-y un peu de lait de coco liquide si nécessaire, puis formez une troisième couche dans le moule, et remettez ensuite le moule au congélateur.

L'idéal est de laisser le sorbet prendre pendant au moins 2 heures avant de le démouler. Vous pouvez ensuite le décorer avec des fruits frais de votre choix. Si vous ne trouvez pas la pitaya, utilisez d'autres fruits colorés, l'idée étant d'ajouter une touche élégante à votre sorbet.