

Biscuit roulé ananas-coco

Préparation et cuisson: env. 40 min. Cuisson au four: env. 6 min
Mise au frais: env. 1 heure. Pour env. 16 pièces

Biscuit à l'ananas

3 jaunes d'œuf
1 ½ c. à soupe de sucre

travailler au fouet ou au batteur électrique dans une terrine jusqu'à ce que le mélange blanchisse

3 blancs d'œuf
1 pincée de sel

battre en neige

1 c. à soupe de sucre

ajouter, continuer à battre jusqu'à ce que la neige brille

80 g de farine
2 c. à soupe de noix de coco râpée
60 g d'ananas séché,
finement haché

mélanger le tout, disposer avec la neige par couche sur la masse, incorporer délicatement avec une spatule en caoutchouc. Etaler en un rectangle d'env. 5 mm d'épaisseur sur une plaque chemisée de papier à pâtisserie

Cuisson: env. 6 min au milieu du four préchauffé à 240°C. Sortir du four, faire glisser le papier à pâtisserie de la plaque; en s'aidant de celui-ci, rouler sans attendre le biscuit sur la longueur, laisser refroidir.

1 ananas (env. 1,5 kg), pelé
½ c. à soupe de sucre

couper en huit, retirer le cœur ligneux
faire fondre dans une poêle, ajouter les tranches d'ananas, chauffer fortement env. 4 min en retournant de temps en temps, retirer l'ananas, laisser refroidir

Crème coco

4 dl de lait de coco
3 c. à soupe de sucre
1 c. à café d'agar-agar (p. ex. Morga)

bien mélanger dans une casserole en inox. Porter à ébullition en remuant. Baisser le feu, cuire env. 2 min à feu doux, laisser tiédir en remuant de temps en temps

Garnissage: dérouler le biscuit, égaliser les bords, couper en deux dans la longueur, étaler la crème coco tiède sur les deux parties, poser 3 tranches d'ananas sur un long côté de chacune d'elles, rouler bien serré, envelopper de film alimentaire en serrant, mettre au frais env. 1 heure. Couper les biscuits roulés en tranches d'env. 3 cm. Servir évent. avec l'ananas restant.

Par pièce: lipides 7 g, protéines 3 g, hydrates de carbones 20 g, 639 kJ (153 kcal)

