

## Sorbets

Les ingrédients de base des sorbets sont la pulpe ou le jus de fruit et le sirop de sucre, qui ralentit la formation des cristaux de glace. L'arôme de fruit est plus intense si on ajoute au sirop un peu de zeste râpé ou de jus de citron. Les sorbets contiennent parfois du blanc d'œuf en neige.

### Sorbet framboise

Préparation et cuisson: env. 25 min  
Congélation: env. 5 heures  
Pour env. 6 dl

#### Sirop

1 dl d'eau  
100 g de sucre

porter à ébullition dans une petite casserole en remuant de temps en temps, baisser le feu, cuire env. 2 min à feu doux, laisser tiédir un peu

500 g de framboises  
1 à 2 c. à soupe de jus de citron, selon l'acidité des baies

ajouter, réduire en purée, passer à la passoire dans une large terrine en inox (photo 1), laisser refroidir

**Congélation:** couvrir et congeler la masse env. 4 heures, brasser 3 fois au fouet (photo 2). Sortir le sorbet du congélateur, l'assouplir à l'aide du batteur électrique, remettre à congeler env. 1 heure.

**Service:** former des boules au portionneur à glace, les dresser dans des coupes refroidies. Décorer à volonté avec des framboises.

**Par personne:** lipides 0 g, protéines 2 g, hydrates de carbone 32 g, 618 kJ (148 kcal)

#### Suggestion

Selon l'acidité des framboises, ajouter évent. un peu de sucre glace à la purée de fruits terminée.

#### Affiner

Servir le sorbet avec un coulis de fruits (voir à droite).

**Préparation à l'avance:** préparer le sorbet env. 1 mois à l'avance. Conserver à couvert au congélateur. Mettre au réfrigérateur env. 15 min avant de servir.

**Cette recette convient aussi pour:** les mûres, les fraises, les myrtilles, des mélanges de baies.



1 A l'aide d'une corne à pâte ou avec le dos d'une cuillère, passer la purée de framboises à la passoire dans une terrine en inox; les grains restent ainsi dans la passoire.



2 Congeler la masse-sorbet env. 1 heure, sortir la terrine. Brasser vigoureusement le sorbet avec un fouet. Renouveler cette opération toutes les heures pour obtenir un sorbet gelé de manière uniforme.



3 **Granité à la framboise**  
Préparer le sorbet framboise en remplaçant le sirop par 2 dl d'eau et 100 g de sucre. Verser dans un récipient, congeler env. 4 heures; gratter de temps en autre avec une fourchette pour que la masse se congèle en grains.

**Conservation:** env. 2 semaines.



#### Coulis de fruits

Dans un gobelet gradué, réduire en purée les fruits (p. ex. abricots, fraises, framboises, mangues, mûres, myrtilles, pêches), passer à la passoire.

**Idéal avec:** crêpes, flan de semoule, glace, panna cotta.

**Suggestion:** congeler le coulis. **Conservation:** env. 6 mois.