

Glace fraise au yogourt

🕒 15 min + 4 h au congélateur 🚫 sans gluten

Pour 4 personnes

1 citron bio
300 g de yogourt à la grecque nature
100 g de sucre glace
2 dl de crème entière

Râper la moitié du zeste du citron dans un grand bol en inox et ajouter 1 c. s. de jus. Ajouter le yogourt et le sucre glace, mélanger. Battre légèrement la crème, incorporer, mettre env. 2 h à couvert au congélateur en brassant bien 2 fois au fouet.

200 g de fraises
2 c. s. de sucre glace
1 c. s. de jus de citron

Mixer les fraises avec le sucre glace et le jus de citron, passer au tamis. Bien brasser la glace, y incorporer $\frac{3}{4}$ de la purée de fraises. Remettre env. 2 h à couvert au congélateur en brassant 2 fois.

Façonner des boules de glace, servir à part le reste de la purée de fraises.

Portion (¼): 400 kcal, lip 25 g, glu 39 g, pro 4 g



IDÉE+

Faire prendre dans une sorbetière selon le mode d'emploi, mais dans ce cas incorporer la crème liquide à la masse au yogourt.

Préparation à l'avance

Glace env. 2 jours avant, garder à couvert au congélateur. Mettre au réfrigérateur env. 30 min avant de servir.