


Parfait aux myrtilles

 35 min + 4 h au congélateur

Pour un moule à cake d'env. 20 cm, légèrement huilé, chemisé de film alimentaire

2 œufs frais

4 c. s. de sucre

2 c. s. de liqueur d'orange
(p. ex. Grand Marnier)
ou de jus d'orange

2 dl de crème entière,
en chantilly

**50 g de coques
de meringues,**
émiettées grossièrement

250 g de myrtilles surgelées,
décongelées

1 c. s. de sucre

250 g de baies

1 c. s. de sucre

1 c. c. de jus de citron

un peu de muscade

Temps en cuisine: env. 35 min

1. Travailler env. 10 min avec les fouets du batteur-mixeur œufs, sucre et liqueur jusqu'à ce que la masse soit mousseuse. Incorporer délicatement la chantilly et les meringues. Verser la moitié de la masse dans le moule préparé.
2. Mixer les myrtilles avec le sucre, passer au tamis. Incorporer la purée au reste de la masse, verser dans le moule. Tracer des marbrures avec une fourchette, laisser prendre env. 4 h à couvert au congélateur.
3. Mélanger baies, sucre, jus de citron et muscade, laisser macérer env. 20 min à couvert.
4. Démouler le parfait en le retournant sur une planche, ôter le film alimentaire. Découper le parfait en tranches, dresser avec les baies.

Portion: 412 kcal, lip 21 g, glu 44 g, pro 6 g



Préparation à l'avance: parfait env. 2 jours avant, garder à couvert au congélateur. Mettre env. 15 min au réfrigérateur avant de servir.

Suggestion: remplacer les myrtilles par des fraises, des framboises ou des mûres.