

Neige des Caraïbes

Temps de cuisson : 12-15 min. ; Temps de préparation : 25-30 min. ; Par pers : 1429 kJ ou 342 kcal



Ingrédients :

- 6 blancs d'œufs
- 1 pincée de sel
- 2 cuill. à café de jus de citron
- 250 g de sucre en poudre
- beurre
- 200 g de sucre
- 100 ml d'eau
- 50 ml de jus de citron
- 50 g de noix de coco râpée
- 100 ml de crème de coco
- 100 ml de rhum
- 250 g de fruits exotiques

Pour 8 personnes
Four utilisé : four vapeur

Préparation :

1. Monter les blancs d'œufs en neige très ferme avec la pincée de sel, 2 cuillères à café de jus de citron et le sucre en poudre. En remplir 8 ramequins beurrés. Recouvrir ces ramequins d'un film plastique résistant à la chaleur et les mettre au four.

Réglages du four : 100°C 12-15 minutes

2. Pendant ce temps, chauffer le sucre et l'eau dans une casserole sur la plaque de cuisson jusqu'à obtention d'un caramel clair.
3. Retirer la casserole du feu et ajouter le jus de citron. Incorporer ensuite la noix de coco râpée, la crème de coco et le rhum.
4. Démouler les meringues sur des assiettes, les napper de la sauce et décorer avec les fruits exotiques.

Les + des fours vapeur Miele :

Simple, le four vapeur **préconise la température adaptée au type de plat** et vous garantit un résultat optimal . La régulation ultra-précise de la température de 40 à 100 °C vous permet d'une part de **cuire, réchauffer (100°C), décongeler (60°C), stériliser (80°C)**, d'autre part, de **conserver la valeur nutritive des aliments sensibles** comme le poisson à basse température (85°C).

Miele