



PETITS BAVAROIS AUX LITCHIS

— & Noix de Coco Parfumés à la Rose —

. Pour 4 bavarois individuels .
(faits dans des petits cercles à pâtisserie de 8cm de diamètre)

Crème Coco-Litchi-Rose :

- . 1 boîte de conserve de litchis au sirop léger (de 565g) :
- . Litchis égouttés / 250g
- . Jus de litchis (le jus de la conserve) / 50ml
- . Crème de coco (en brique) / 200ml
- . Sirop d'agave / 20g
- . Agar-agar / 2g (soit 1 càc rase)
- . Eau de rose alimentaire / 20 gouttes
- . Belle pincée de vanille en poudre

Gelée de Litchi :

- . Jus de litchis (le jus de la conserve) / 250ml (soit tout le jus restant)
- . Agar-agar / 1g (soit 1 demi càc)

« Biscuit » cru :

- . Amandes / 20g
- . Noix de coco râpée / 20g
- . Farine de coco / 20g
- . Huile de coco vierge / 20g
- . Dattes (Medjool ou Deglet Nour) / 80g (poids dénoyautées)
- . Pincée de sel

« Biscuit » cru :

- . Commencez par verser les amandes dans le bol de votre robot mixeur.
- . Mixez jusqu'à ce qu'elles soient finement concassées.
- . Ajoutez la coco râpée, la farine de coco et le sel. Mixez brièvement une deuxième fois.
- . Rincez les dattes, dénoyautez-les et coupez-les en morceaux grossiers. Ajoutez-les dans le bol du robot.
- . Faites fondre l'huile de coco, elle doit être totalement liquide. Ajoutez-la également dans le robot.
- . Mixez le tout une dernière fois, jusqu'à obtenir un biscuit homogène, qui commence à s'agglomérer un peu sous forme de boulettes.
- . Le mélange est souple mais pas collant, il est facile à manipuler et n'accroche pas aux doigts.
- . Déposez vos petits cercles à pâtisserie directement au centre des assiettes de service. Ainsi, il n'y aura plus qu'à les décercler à la fin.
- . Versez le biscuit à l'intérieur des cercles, en veillant à avoir à peu près la même quantité dans chaque.
- . Tassez le biscuit au fond des cercles, d'abord à l'aide d'une spatule, puis ensuite directement avec les doigts. Appuyez fermement afin d'obtenir une pâte suffisamment dense et compacte. Allez bien jusqu'aux bords des cercles et faites en sorte d'avoir une surface de pâte à peu près lisse et uniforme.
- . Placez au frigo le temps de préparer la suite.

Crème Coco-Litchi-Rose :

- . Égouttez la boîte de litchis dans une petite passoire, en récupérant bien tout le jus dans un saladier placé en-dessous. Vous aurez besoin des litchis mais aussi du jus !
- . Versez dans votre blender : la totalité des litchis (soit 250g) + 50ml de leur jus.
- . Mixez jusqu'à obtenir une purée de litchis bien lisse.
- . Versez dans une casserole. Ajoutez-y le reste des ingrédients (crème de coco, sirop d'agave, vanille, agar-agar,

Suite au verso >



PETITS BAVAROIS AUX LITCHIS

— & Noix de Coco Parfumés à la Rose —

. Pour 4 bavarois individuels .
(faits dans des petits cercles à pâtisserie de 8cm de diamètre)

Crème Coco-Litchi-Rose :

- . 1 boîte de conserve de litchis au sirop léger (de 565g) :
- . Litchis égouttés / 250g
- . Jus de litchis (le jus de la conserve) / 50ml
- . Crème de coco (en brique) / 200ml
- . Sirop d'agave / 20g
- . Agar-agar / 2g (soit 1 càc rase)
- . Eau de rose alimentaire / 20 gouttes
- . Belle pincée de vanille en poudre

Gelée de Litchi :

- . Jus de litchis (le jus de la conserve) / 250ml (soit tout le jus restant)
- . Agar-agar / 1g (soit 1 demi càc)

« Biscuit » cru :

- . Amandes / 20g
- . Noix de coco râpée / 20g
- . Farine de coco / 20g
- . Huile de coco vierge / 20g
- . Dattes (Medjool ou Deglet Nour) / 80g (poids dénoyautées)
- . Pincée de sel

eau de rose).

- . Mélangez vivement le tout avec un fouet, pour obtenir une préparation homogène.
- . Placez la casserole sur le feu. Faites chauffer à feu moyen jusqu'à atteindre une petite ébullition, en remuant régulièrement, toujours au fouet.
- . Une fois l'ébullition atteinte, maintenez la cuisson pendant une minute environ, sans cesser de remuer.
- . Sortez vos cercles du frigo et versez immédiatement la crème à l'intérieur, par-dessus le biscuit. Là encore, veillez à répartir à peu près la même quantité partout.
- . Laissez tiédir à température ambiante puis placez au frigo pendant une à deux heures, le temps que la crème soit bien figée, avant de verser la dernière couche par-dessus.

Gelée de Litchi :

- . Versez tout le jus de litchis (soit 250ml) qu'il vous reste dans une petite casserole. Ajoutez-y l'agar-agar.
- . Fouettez vivement pour bien diluer la poudre dans le liquide.
- . Exactement comme pour la crème, faites chauffer à feu moyen jusqu'à atteindre une petite ébullition, en remuant régulièrement, toujours au fouet.
- . Une fois l'ébullition atteinte, maintenez la cuisson pendant une minute environ, sans cesser de remuer.
- . Sortez vos petits bavarois du frigo et versez immédiatement la préparation par-dessus.
- . Laissez tiédir à température ambiante puis placez au frigo.
- . Laissez reposer pendant au moins deux à trois heures avant de servir, afin de les déguster bien frais ! C'est comme ça qu'ils sont le meilleur.
- . Au moment du service, vous n'avez plus qu'à les décercler. Pour ça, faites d'abord doucement tourner les cercles autour des bavarois, pour décoller les bords. Puis tirez-les délicatement vers le haut.
- . Pour finir, parsemez vos bavarois d'un peu de noix de coco râpée. Il n'y a plus qu'à déguster !