



## FRUITS EN GELÉE

### 3 PRUNES EN GELÉE DE FRAMBOISES

Une agréable façon de servir des fruits autrement qu'en éternelle salade . C'est à la fois joli et fort sympathique à déguster . Gros avantage ça marchera pratiquement sans problème pour tous les "sans"  
La recette que je vous donne est générale . Pour les particularités **des "prunes en gelée de framboises"** je vous mets les lignes **en bleu**)

#### INGRÉDIENTS

des fruits frais (\*1)

un coulis, un jus voir un sirop de fruit (\*\*\*)

le parfum de votre choix (\*\*2)

"faux sucre" thermostable (qui peut cuire)



Je vous raconte vite une petite anecdote : un petit garçon m'a demandé :

-Dis, pourquoi chez ton marchand il a du "moisi", de la "poudre blanche" sur tes prunes

Alors je lui ai expliqué que la "poudre blanche" n'était pas du tout "illicite" . Qu'au contraire, puisqu'ils avaient encore leur fragile manteau protecteur des excès du soleil les fruits étaient parfaits . Leur "pruine", ces fragiles "écaillés" de cire sucrée, aussi fragiles que celles des ailes des papillons, tombent dès qu'on les touche ... alors je vous souhaite beaucoup de "pruine" sur vos fruits !! ...,

#### MÉTHODE

Faire tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide /

. Il existe des variations importantes dans les tailles des feuilles de gélatine . En principe de 2 à 5 grs . . Avec un coulis de fruits comptez 12 à 13 grs , avec des jus filtrés comptez de 15 à 17 / 18 grs par litre . Plus vous "forcez" sur la gélatine, plus le résultat sera "dur" . Ce qui n'est pas forcément le plus agréable . Mais le mieux est de tester avec "votre" gélatine .

NB Vous pouvez pour vous rapprocher du futur résultat essayer dans le petit "pot à tester de LVC" : verser 2 à 3 cuillères du mélange et mettez le tout sous film étirable dans le congélateur : et voyez vous même si c'est ce que vous voulez obtenir.

Inversement lorsque vous ferez le dessert définitif NE PAS LE REFROIDIR DE FORCE au congélateur sauf urgence : la gélatine aurait tendance à "peguer", à "coller"

#### DONC

Faire chauffer le liquide choisi avec la gélatine Essorez dans vos doigts la gélatine (pour ne pas mélanger l'eau de trempage dans votre dessert) . Il faut bien la dissoudre, pour que la "gelée" puisse bien "prendre" . **(Ici, j'ai choisi du jus de framboises fraîches)** et

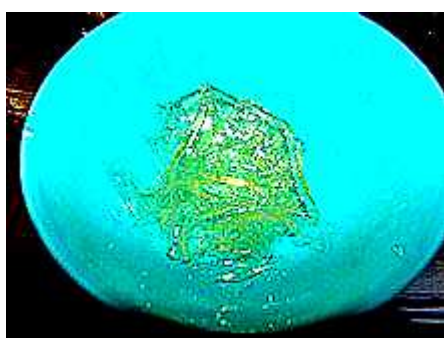
"sucrez" au goût . Utilisez votre "faux sucre" en dose suffisante pour qu'il "sucre" aussi vos fruits si ils n'étaient pas suffisamment mûrs et donc sucrés à votre goût .

**T.S.V.P --->**

**NB : (Ici, je n'ai pratiquement pas ajouté ni édulcorant, ni sucre vrai bien sûr : les prunes étaient toutes très mûres et sucrées à point ainsi que mon jus de fruit frais de framboises**

Ajouter éventuellement le parfum que vous voulez ( **ici je n'ai rien mis mais vous pourriez ajouter un rien de liqueur de framboises si il n'y apas d'enfants et que vous n'êtes pas allergiques à l'alcool**)

- Utiliser les parfums classiques: vanille ou extrait de vanille ou aromes divers,
- faire infuser vos plantes, et mélangez bien . Laissez infuser puis filtrer
- vous pouvez choisir de parfumer en utilisant les alcoolats de cuisine de LVC (ou une liqueur classique du commerce) Attention pour les "sans sucre" les liqueurs du commerce contiennent toutes plus ou moins de sucre
- pensez aussi aux épices (cannelle, macis, muscade, anis étoilé etc..), à la poudre d'écorce de tous les agrumes (ce n'est pas la peau qui est acide mais le jus !) etc...



NB : Sachez que la technique marcherait aussi (si vous n'êtes pas comme moi allergique à l'alcool) avec des vins doux et même des vins forts (testez du melon en gelée de Maury c'est -dixit des amis- "délicioso")

Remettez le liquide sur le feu doux .

**Nous avons choisi ici les 3 prunes d'été(prunes violette de Damas, prunes Reine Claude et mirabelles, des "cousines" qui aiment se fréquenter)** mais vous pouviez aussi faire une salade de fruits d'été avec pêches de vigne, prunes "Reine Claude" et poires "du curé" en petits bouts . Pensez aussi en hiver à utiliser des ananas, bananes et poires d'hiver avec du jus d'oranges ... Bref ce n'est qu'une technique à "**votre**" service .

Assaisonnez éventuellement de Poudre de Perlimpimpin aux épices douces . Mélanger . **Pour moi je n'ai rien mis car mon jus de framboises fraîches était suffisamment parfumé**

Versez le liquide encore tiède en le faisant bien circuler entre les fruits . Remplir des verrines (voir des moules pour un dessert commun) avec votre mélange Fermez et mettez vos "potiots" au frais Soyez patient : La gelée va prendre lentement au fur et à mesure de son refroidissement .

Pour les "**avec sucre**" tous les sucres marcheraient (**Pour la gelée choisie faites simple, juste du sucre semoule**)

Ceci constitue une base avec laquelle vous varierez à l'infini vos desserts en gelée . Avec le temps vous doserez vous même la quantité de gélatine nécessaire par rapport au liquide . Sachez d'ores et déjà que la technique peut s'appliquer à tous les liquides . Voyez donc les recettes de "Panna cotta de LVC " avec des laitages

Ici la formule de LVC ??? : **ON FE CA KOI KON VEU AVE CA KOI KON A**