

Sabayon à l'épicéa

Ingrédients :

4 jaunes d'œufs
125 g de sirop (500 g sucre, 300g d'eau)
½ litre de crème fraîche
4 cuillères à soupe d'épicéa haché finement

Procéder :

- Faites bouillir 10 min eau et sucre pour obtenir un sirop, laisser tiédir,
- Prélever, les 125 g de sirop, le reste vous servira à confire des fruits ou faire un sirop de plante.
- Émulsionner les jaunes avec le sirop à petit feu, vous observez le mélange s'épaissir, vous devez stopper la cuisson avant que les jaunes coagulent (82°).
- Votre doigt ne résiste plus à la chaleur...
- Ajouter l'épicéa
- Refroidir le mélange en le fouettant énergiquement jusqu'à total refroidissement.
- Ajouter délicatement la crème fouettée.

Ce sabayon peut être placé au congélateur, cela vous fera une glace onctueuse sans paillette, vous pouvez associer une compote de rhubarbe, des fraises fraîches et des cigarettes au sureau.

Maison de la Nature du Ried et de l'Alsace centrale
Avec la participation de Jean-François DUSART
03 88 85 11 30

