



DÉLICE AUX FRAISES

Hôpital
Robert-Debré
AP-HP



1 portion

Préparation 20 min

Cuisson 20 min

ATKINS

1 délice = 4 parts

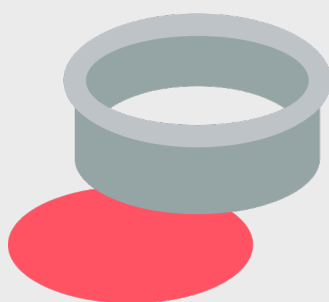
Kcal : 440 kcal

Lipides : 43,4 g

Glucides : 4 g

Protéines : 8,3 g

Pâte = 0,5 part
Crème = 1,5 part
Fraises = 2 parts



©Cutter icons created by Smashicons - Flaticon.com

Ustensile : emporte-pièce
de 10 cm de diamètre



Astuces



* Il est possible d'échanger les fraises par un autre fruit (attention aux parts de glucides).



INGRÉDIENTS

Pour la pâte :

- 13 g de beurre fondu
- 13 g de blanc d'œuf
- 10 g de jaune d'œuf
- 2 g d'édulcorant (type Sugarly®)
- 17 g de KetoCal® vanille

Pour la garniture :

- 50 g de crème fraîche épaisse 30%
- 5 g d'édulcorant (type Sugarly®)
- 30 g de fraises
- 10 g de jaune d'œuf

PRÉPARATION

Pâte :

Mélanger le KetoCal® vanille, le beurre fondu et le jaune d'œuf. Bâter le blanc d'œuf avec un fouet et l'incorporer au mélange. Ajouter l'édulcorant. Bien étaler la pâte au fond de l'emporte-pièce. Faire cuire au four pendant 7 minutes à 180°C.

Base crème :

Mélanger le jaune d'œuf, la crème fraîche et l'édulcorant. Dès la sortie du four, déposer le mélange à la crème sur la pâte précuite. Faire cuire au four pendant 15 minutes à 180°C. Enlever le cercle délicatement et laisser refroidir. Couper les fraises et les disposer sur la tarte.