

NEMS FRAISE CHOCOLAT

Dimanche 10 Mai 2020

La pause de 16h :

Nems fraise chocolat : 4 nems et 3sp vert bleu violet ☐☐☐ par part

-4 feuilles de riz

-4 belles fraises *

-20 g de chocolat noir en pastilles (8 pastilles)

-10 g de beurre à 41%

-1 jaune d'œuf *

Préchauffer le four 200°

Passer rapidement une feuille de riz dans une assiette creuse remplie d'eau tiède puis la poser sur un torchon

Enduire la feuille de riz de beurre fondu au pinceau

Poser en haut et au milieu une fraise équeutée coupée en fines lamelles et rajouter 2 pastilles de chocolat

Rabattre le haut puis les côtés et rouler la feuille de riz en serrant suffisamment

Badigeonner de jaune d'œuf

Préparer 4 nems. Les poser sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfourner 12 minutes

À déguster immédiatement



Je ne suis pas une grande spécialiste des nems mais je vous conseille de ne pas trop mettre de chocolat sinon en fondant il déborde

Prenez des fraises bien sucrées pour compenser le chocolat noir qui lui est peu sucré

16h : infusion after meal sans sucre (0sp) -2 nems fraise chocolat (6sp vert bleu violet ☐☐☐)

Très bon dimanche à toutes et tous

Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

Tous droits réservés