

CROUSTILLANT DE POIRES A LA RICOTTA ET LIMONCELLO

Dimanche 06 Mai 2018

Mon dessert italien du dimanche :

Croustillant de poires à la ricotta et limoncello : 6parts et 4pp-4spl par part

- 3 feuilles de bricks
- 250 g de ricotta
- 2 poires*
- 1 œuf moyen*
- 10 g de beurre à 41 %
- 10 g d'amandes effilées
- 2 cuillérées à soupe de limoncello
- 20 g de sucralose

Préchauffer le four 180 ° (th6)

Fondre le beurre et avec un pinceau, beurrer les feuilles de bricks et les empiler dans un moule à tarte

Peler les poires, les couper en fines tranches et les poser sur les feuilles de bricks

Fouetter ensemble la ricotta, l'œuf, le limoncello et le sucralose

Verser sur les poires, rabattre les bords des feuilles de bricks et enfourner 30 minutes

3 minutes avant la fin de la cuisson, éparpiller les amandes sur le croustillant et passer sous le gril

A déguster tiède ou froid



Poire, limoncello et ricotta s'accordent bien. A essayer avec un autre fruit peut être un fruit rouge

Pour le repas : asperges + 10 g de mayonnaise allégée (1pp- 1 sp) – dorade au four (3pp- 1 spl) -100 g de quinoa (3pp- 3 sp) -croustillant de poires à la ricotta et limoncello (4pp- 4 spl). Total : 11pp- 9spl

Très bon dimanche à toutes et tous

Lilou3158 (blog: cuisine contrôlée by lilou light.fr)

Tous droits réservés