

Verrine Cerise et Crumble

Recette pour 10 verrines

jordibordas

Recette personnalisée pour un patient souffrant de Tyrosinémie type 1:

PRÉPARATION:

Préparer la compote de cerise et doser 30 g dans chaque verrine. Gélifier au réfrigérateur.
Préparer la mousse de cerise et doser 50 g sur la compote. Gélifier au réfrigérateur. Doser 20 g de crumble sur la mousse.

RECETTES:

Compote de cerise

290 g	Cerises	88.80 %
32.6 g	Sucre	10.00 %
3.9 g	Pectine Acid Free	1.20 %
300 g	Total	

Dénoyauter les cerises et peser la quantité indiquée dans la recette. Triturer avec le mixeur. Mélanger le sucre et la pectine.

Faire chauffer la purée à 45°C dans une casserole et ajouter peu à peu le mélange de sucre, en remuant avec des baguettes. Porter à 80°C.

Faire refroidir à 50°C et doser 30 g dans le fond des verrines. Réserver au réfrigérateur jusqu'à gélification.

Mousse de cerise

429 g	Cerises	79.00 %
109 g	Crème 35%	20.00 %
3.3 g	Pectine Acid Free	0.60 %
2.2 g	Farine de graines de caroube	0.40 %
500 g	Total	

Monter la crème et réserver au réfrigérateur.

Dénoyauter les cerises et peser la quantité indiquée dans la recette. Triturer avec le mixeur. Faire chauffer la purée à 45°C dans une casserole et ajouter peu à peu la pectine et la farine de caroube, auparavant mélangés, tout en remuant avec des baguettes. Porter à 80°C.

Faire refroidir à 30°C et incorporer la crème fouettée, en mélangeant doucement avec une spatule.

Doser 50 g sur la compote de cerise et réserver au réfrigérateur jusqu'à gélification.

Crumble de châtaigne

57.8 g	Beurre 82%	24.00 %
57.8 g	Almidon de maïs	24.00 %
9.6 g	Eau	4.00 %
55.4 g	Sucre	23.00 %
57.8 g	Farine de châtaigne	24.00 %
2.4 g	Sel	1.00 %
c.s.	Beurre noisette*	
200 g	Total	

Couper le beurre en dos et le mélanger à l'almidon et à l'eau avec le mixeur à première vitesse, ajouter le reste des ingrédients et mélanger jusqu'à obtenir une texture homogène.

En utilisant une grille en tant que râpe, disperser le mélange de façon uniforme sur un plateau recouvert de papier sulfurisé et faire cuire à 140°C pendant 20 minutes, au four avec le tirage ouvert.

Verrine Cerise et Crumble

Recette pour 10 verrines

jordibordas

Laisser refroidir et couper en dés de 1 x 1 cm environ. Mélanger doucement avec un peu de beurre noisette fondu et doser 20 g de crumble sur la mousse de cerise.

**Beurre noisette: mettre le beurre dans une casserole et porter à 150°C en remuant constamment. Filtrer pour retirer le marc.*

COMPOSITION PAR RECETTE:

INGRÉDIENTS	RECETTE	VALEUR BIOLOGIQUE	SUCRES	PROTÉINES	GRAISSES	EXTRAIT SEC	EAU	Kcal/100g
COMPOTE DE CERISE								
Cerises	88,80%	FAIBLE	11,99%	1,15%	0,44%	14,47%	74,33%	57,72
Sucre	10,00%	FAIBLE	10,00%	0,00%	0,00%	9,90%	0,10%	39,90
Pectine Acid Free	1,20%	FAIBLE	0,17%	0,08%	0,00%	1,20%	0,00%	0,72
TOTAL	100,00%		22,16%	1,23%	0,44%	25,57%	74,43%	98,34
MOUSSE DE CERISE								
Cerises	79,00%	FAIBLE	10,67%	1,03%	0,40%	12,88%	66,12%	51,35
Crème 35%	20,00%	HAUTE	0,58%	0,44%	7,02%	8,02%	11,98%	67,20
Pectine Acid Free	0,60%	FAIBLE	0,08%	0,04%	0,00%	0,60%	0,00%	0,36
Farine de graines de caroube	0,40%	FAIBLE		0,02%	0,00%	0,34%	0,06%	1,33
TOTAL	100,00%		11,33%	1,52%	7,42%	21,84%	78,16%	120,24
CRUMBLE DE CHÂTAIGNE								
Beurre 82%	24,00%	FAIBLE	0,07%	0,19%	19,68%	20,16%	3,84%	178,56
Almidon de maïs	24,00%	MOYENNE	0,00%	0,07%	0,12%	22,80%	1,20%	85,20
Eau	4,00%	FAIBLE	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00
Sucre	23,00%	FAIBLE	16,10%	0,00%	0,00%	22,77%	0,23%	91,77
Farine de châtaignes crues	24,00%	MOYENNE	1,04%	0,77%	0,84%	22,80%	1,20%	89,28
Sel	1,00%	FAIBLE				1,00%	0,00%	0,00
TOTAL	100,00%		17,21%	1,03%	20,64%	89,53%	6,47%	444,81

Verrine Cerise et Crumble

Recette pour 10 verrines

jordibordas

COMPOSITION PAR VERRINE DE 100 g:

INGRÉDIENTS	RECETTE	SUCRES	PROTÉINES	GRAISSES	EXTRAIT SEC	EAU	Kcal / 100g
Crumble de châtaigne	20 g	3,44 g	0,21 g	4,13 g	17,91 g	1,29 g	88,96
Mousse de cerise	50 g	5,66 g	0,76 g	3,71 g	10,92 g	39,08 g	60,12
Compote de cerise	30 g	6,65 g	0,37 g	0,13 g	7,67 g	22,33 g	29,50
TOTAL	100 g	15,75 g	1,34 g	7,97 g	36,50 g	62,70 g	178,58

TOTAL DE PROTÉINES PAR VERRINE:

HAUTE VALEUR BIOLOGIQUE		VALEUR BIOLOGIQUE MOYENNE		VALEUR BIOLOGIQUE FAIBLE	
Crème	0,22%	Farine de châtaigne	0,15%	Sucre 1	0,00%
TOTAL	0,22%	Almidon de maïs	0,01%	Sucre 2	0,00%
		TOTAL	0,17%	Beurre	0,04%
				Sel	0,00%
				Cerises 1	0,51%
				Cerises 2	0,35%
				Graines de Caroube	0,01%
				Pectine 1	0,01%
				Pectine 2	0,02%
				TOTAL	0,94%