

## **Panna cotta exotique à la menthe**

Il fait trop chaud pour cuisiner mais pas pour se régaler !

Depuis longtemps j'ai remarqué que les assiettes sont aussi faites pour combler bien d'autres choses que le simple besoin de se nourrir et l'une de ces choses c'est faire face au climat ambiant ! Forcément l'hiver venu nous allons avoir envie de soupes qui vont nous réchauffer l'intérieur et nous éloigner ainsi du froid qui nous surprend dehors. Alors qu'en été, aux temps les plus chauds nous voulons nous rafraîchir et profiter ainsi d'une chaleur que nous essayons de vaincre à grands coups d'assiettes tout en fraîcheur !

Mais avant de nous rafraîchir pourquoi ne pas éviter de réchauffer le climat ambiant en mettant les fourneaux en route ? Pourquoi ne pas réaliser un joli dessert qui ne va demander aucune cuisson, juste que l'on réchauffe un peu de crème ? Un joli dessert qui va nous permettre de profiter de la gamme de fruits exotiques Toupargel, une gamme aussi variée que parfumée !

[Imprimer](#)

Panna cotta exotique à la menthe

Auteur: Dorian

Temps de préparation: 10 minutes

Temps de cuisson:

Temps total: 10 minutes

Pour 4 personnes

## Ingredients

- - 150g de [mangue en tranches](#)
- - 150g d'[ananas en morceaux](#)
- - 50g de [coulis mangue-fruits de la passion](#)
- - 30cl de crème liquide entière
- - 4 feuilles de gélatine de 1g
- - 20g de sucre en poudre
- - 1 dizaine de [framboises bio](#)

## Instructions

1. Commencez en réalisant la panna cotta. Plongez les feuilles de gélatine dans un bol rempli d'eau froide et laissez reposer 5 minutes. Faites chauffer la crème liquide dans un petit saladier au micro-onde puis ajoutez le sucre et mélangez bien. Ajoutez la gélatine après l'avoir bien égouttée entre les mains et mélangez bien une nouvelle fois.
2. Préparez le coulis de fruits, coupez la mangue en morceaux, mettez-la dans un mixer, ajoutez l'ananas, le coulis de mangue-fruits de la passion et la moitié des feuilles de menthe et mixez le tout bien finement.
3. Versez le coulis de fruits dans des bols ou des verrines puis délicatement la panna cotta par dessus puis les framboises encore congelées juste éclatées entre les doigts et les feuilles de menthe restantes. Mettez au réfrigérateur pendant deux heures au moins avant de déguster.
4. Vous pouvez vous amuser à inverser les couches selon les verrines comme sur le visuel mais dans ce cas faites prendre la panna cotta au réfrigérateur quand elle est dessous avant d'ajouter le coulis de fruits.

## **Y a pas que les frites dans la vie**

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

---

Astuce : Cette panna cotta exotique peut parfaitement être préparée la veille, dans ce cas pensez seulement à filmez vos bols ou vos verrines pour qu'elle ne prenne pas les odeurs du frigo.

---