

# Mousse de sureau vanille poire



## Ingrédients pour 1 portion

1 bouteille	bien fraîche de Fresubin® PRO Drink Vanille
1 petite	Poire
1 petite goutte	d'extrait de vanille
1-2 c.à.c	de miel ou de sucre
3-4 c.à.s	de jus de sureau 100 % pur jus
3-4 cuillères facultatif	d'épaississant instantané en poudre 1-2 cuillères à café

## Valeurs nutritives par portion

Energie.....	568 kcal
Protéines.....	29 g
Glucides.....	66 g
Lipides.....	19 g



## Préparation

1. Pelez la poire, prélevez le trognon et coupez la chair en dés. Portez à ébullition avec l'extrait de vanille et 2 cuillères à soupe d'eau. Couvrez et laissez cuire à feu très doux pendant 5 minutes si la poire est très mûre, ou 10 minutes si la poire n'est pas très mûre. Retirez la casserole du feu et laissez refroidir. Sucrez avec du miel ou du sucre selon vos goûts.
2. À l'aide d'un pied mixeur ou d'un fouet, mélangez le Fresubin® PRO Drink Vanille, le jus de sureau et l'épaississant instantané en poudre pendant 1 minute, jusqu'à l'obtention d'un mélange crémeux. Incorporez le miel ou le sucre selon vos goûts. Laissez la mousse reposer pendant 2 à 3 minutes. Servez la mousse dans un bol et agrémentez de poires à la vanille.

### CONSEIL

Cette mousse est particulièrement rapide à préparer quand vous utilisez des fruits en conserve, bien égouttés et coupés en morceaux.