



Mousse express

Pêche & Yaourt



5 minutes



180/personne



2 personnes



Légère
Protéinée
Peu sucrée

Ingrédients



Pêches bien mûres : 2 moyennes



Yaourt nature : 1



Jus de citron : 1 càc



Miel ou sirop d'agave : 1 càc

Étapes

Laver, dénoyauter et couper les pêches en morceaux.

Mixer les pêches avec le yaourt, le jus de citron et le miel jusqu'à obtention d'une texture mousseuse et homogène.

Verser dans des ramequins ou des verrines.

Placer au réfrigérateur 15 à 30 minutes pour une mousse bien fraîche.