

*Dans les*  
***petits pots...***

**LES MEILLEURS  
DESSERTS!**



UN BONNE BOUFFE PARTAGÉE AVEC L'ÊTRE AIMÉ EST SOUVENT PROPICE AUX RAPPROCHEMENTS. POUR INTRODUIRE UNE SOIRÉE COQUINE DE BELLE MANIÈRE, NOUS VOUS SUGGÉRONS DE CLORE LE REPAS AVEC UN SUCCULENT DESSERT CONTENANT DES ALIMENTS RECONNUS POUR LEURS PROPRIÉTÉS APHRODISIAQUES. SERVEZ-LE DANS DE CHARMANTS PETITS POTS EN VERRE, ET LE TOUR EST JOUÉ! PLAISIRS SENSORIELS GARANTIS!

## PÊCHE MELBA

PORTIONS: 4

### INGRÉDIENTS

- 1 L (4 tasses) d'eau
- 4 pêches non pelées
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre non salé
- 300 g (1 1/2 tasse) de sucre
- 1 gousse de vanille fendue
- 500 ml (2 tasses) de glace à la vanille ramollie
- 60 ml (1/4 tasse) de crème 35 % fouettée
- 60 ml (1/4 tasse) d'amandes effilées

### PRÉPARATION

- ◆ Dans une grande casserole, porter l'eau à ébullition. Ajouter les pêches et les pocher 4 minutes.
- ◆ Transférer les pêches dans un grand bol d'eau froide 5 minutes pour les refroidir. Égoutter, retirer la peau, couper en moitiés et dénoyauter. Réserver.
- ◆ Dans un poêlon, mélanger le beurre, le sucre et la gousse de vanille. Cuire à feu doux pour dissoudre le sucre. Augmenter le feu à intensité moyenne et porter à ébullition.
- ◆ Ajouter les moitiés de pêche en une seule couche, côté bombé vers le haut, et cuire 3 minutes. Retourner les pêches et cuire 3 minutes. Transférer dans une assiette à l'aide d'une cuillère trouée. Réserver.
- ◆ Préparer la sauce à la framboise. Au robot culinaire, réduire en purée les framboises, 4 moitiés de pêches, le sucre glace et le jus de citron en mélangeant à haute vitesse 4 minutes.

### Sauce à la framboise

- 500 g (2 tasses) de framboises
- 45 ml (3 c. à soupe) de sucre glace
- 15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron fraîchement pressé

### MATÉRIEL

- 4 pots d'environ 250 ml (1 tasse)

- ◆ À l'aide d'une cuillère en bois, presser le mélange dans un tamis placé au-dessus d'un bol pour en retirer les pépins. Couvrir et réfrigérer jusqu'à utilisation.
- ◆ Mettre une boule de crème glacée à la vanille dans chaque pot. Lisser le dessus avec une spatule et congeler 10 minutes.
- ◆ À l'aide d'une cuillère, ajouter 15 ml (1 c. à soupe) de sauce à la framboise dans les pots, sur la crème glacée. Couvrir d'une moitié de pêche, côté bombé vers le bas, et remplir la cavité avec de la sauce à la framboise.
- ◆ Garnir de crème fouettée et d'amandes effilées. Répéter jusqu'à ce que tous les pots soient pleins. Servir immédiatement, avec le reste de la sauce à la framboise à part.

### VARIANTE

Remplacer les pêches par des abricots ou des poires.

### ASTUCES

- ◆ Choisir des pêches bien rondes, bien mûres, et bios si possible.
- ◆ Dans cette recette, nul besoin d'ajouter de sucre à la crème fouettée, car le sucre naturel des fruits suffit.

# SHORTCAKE AUX FRAISES ET À LA RHUBARBE

PORTIONS: 6

## INGRÉDIENTS

4 gros œufs  
150 g (3/4 tasse) de sucre tamisé  
2 ml (1/2 c. à thé) d'extrait de vanille  
1 gousse de vanille fendue et grattée  
140 g (1 tasse) de farine à gâteau  
2 ml (1/2 c. à thé) de levure chimique  
1 pincée de sel  
80 ml (1/3 tasse) de beurre non salé, fondu

## MATÉRIEL

6 pots d'environ 375 ml (1 1/2 tasse)  
1 moule à gâteau à fond amovible de 23 cm (9 po) tapissé de papier sulfurisé, beurré et fariné

## PRÉPARATION

- ◆ Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- ◆ Dans un bol, au batteur électrique, fouetter les œufs jusqu'à ce qu'ils soient mousseux. Incorporer graduellement le sucre tamisé et continuer à fouetter jusqu'à ce que le mélange soit pâle et fasse un ruban lorsqu'on relève le fouet. Incorporer l'extrait et les graines de vanille.
- ◆ Tamiser la farine, la levure chimique et le sel. Ajouter la moitié du mélange à la préparation aux œufs et mélanger rapidement. Incorporer le beurre fondu, puis incorporer délicatement la farine restante en soulevant la masse. Verser la pâte dans le moule préparé.
- ◆ Baisser la température du four à 160 °C (325 °F). Enfourner et faire cuire 50 minutes ou jusqu'à ce que le gâteau reprenne sa forme sous une pression légère du doigt.
- ◆ Retirer du four et laisser refroidir 15 minutes.
- ◆ Retirer le contour du moule et laisser refroidir complètement. Couper le gâteau en deux horizontalement.
- ◆ À l'aide d'un emporte-pièce, découper 12 cercles de la taille des pots. Réserver.
- ◆ Préparer la garniture. Dans une casserole, porter à ébullition le sucre, la rhubarbe et le jus d'orange en mélangeant jusqu'à ce que le sucre soit dissous.
- ◆ Réduire le feu et laisser mijoter 20 minutes, en brassant souvent. Retirer du feu et laisser refroidir 15 minutes.
- ◆ Dans une petite casserole, verser l'eau froide et saupoudrer de gélatine. Réserver 5 minutes.

## Garniture

100 g (1/2 tasse) de sucre  
250 g (2 tasses) de rhubarbe, en dés  
60 ml (1/4 tasse) de jus d'orange  
15 ml (1 c. à soupe) d'eau froide  
5 ml (1 c. à thé) de gélatine neutre en poudre  
250 ml (1 tasse) de crème à fouetter 35 %  
30 g (1/4 tasse) de sucre glace  
2 ml (1/2 c. à thé) d'extrait de vanille  
600 g (3 tasses) de fraises fraîches, en tranches  
6 fraises entières

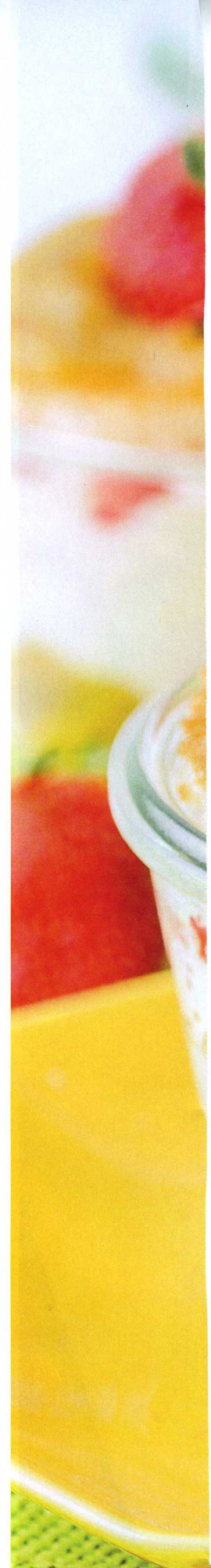
- ◆ À feu doux, mélanger jusqu'à ce que la gélatine soit dissoute. Retirer du feu et laisser reposer 5 minutes.
- ◆ Dans un grand bol, au batteur électrique, fouetter la crème, le sucre glace et l'extrait de vanille jusqu'à ce que la crème soit épaisse.
- ◆ Tout en fouettant lentement, ajouter graduellement la gélatine. Fouetter à haute vitesse jusqu'à l'obtention de pics fermes.
- ◆ Former les étages dans les pots. Placer une couche de gâteau au fond, puis ajouter 15 ml (1 c. à soupe) de compote de rhubarbe. Étaler une mince couche de crème fouettée, puis des tranches de fraises. Étaler une deuxième couche de crème fouettée et recouvrir d'une autre couche de fraises. Couvrir d'un cercle de gâteau. Garnir du restant de crème fouettée et d'une fraise.
- ◆ Servir immédiatement ou réfrigérer jusqu'à 1 heure avant de servir.

### VARIANTE

Remplacer le jus d'orange par du sirop de fruit de la passion et utiliser la moitié du sucre.

### ASTUCE

On peut préparer ce dessert encore plus rapidement en achetant un excellent gâteau-éponge, à l'épicerie ou chez le pâtissier.



SPASH AU  
CANTALOUPE  
ET À LA  
FRAMBOISE

INGRÉDIENTS

375 g (3 tasses) de framboises  
30 ml (2 c. à soupe) de miel liquide  
2 gros conteneurs yaourt, égouttés  
et coupés en dés  
60 ml (1/4 tasse) de gelatine neutre  
en poudre  
120 ml (1/2 tasse) de yogourt nature  
sans gras  
180 ml (3/4 tasse) de crème à  
l'ouiller 35%  
60 ml (1/4 tasse) de sucre  
1 pincée de sel  
200 ml (3/4 tasse) de purée de  
cantaloupe  
60 g (1/2 tasse) de noix de  
framboises



## SPLASH AU CANTALOUPE ET À LA FRAMBOISE

PORTIONS: 6

### INGRÉDIENTS

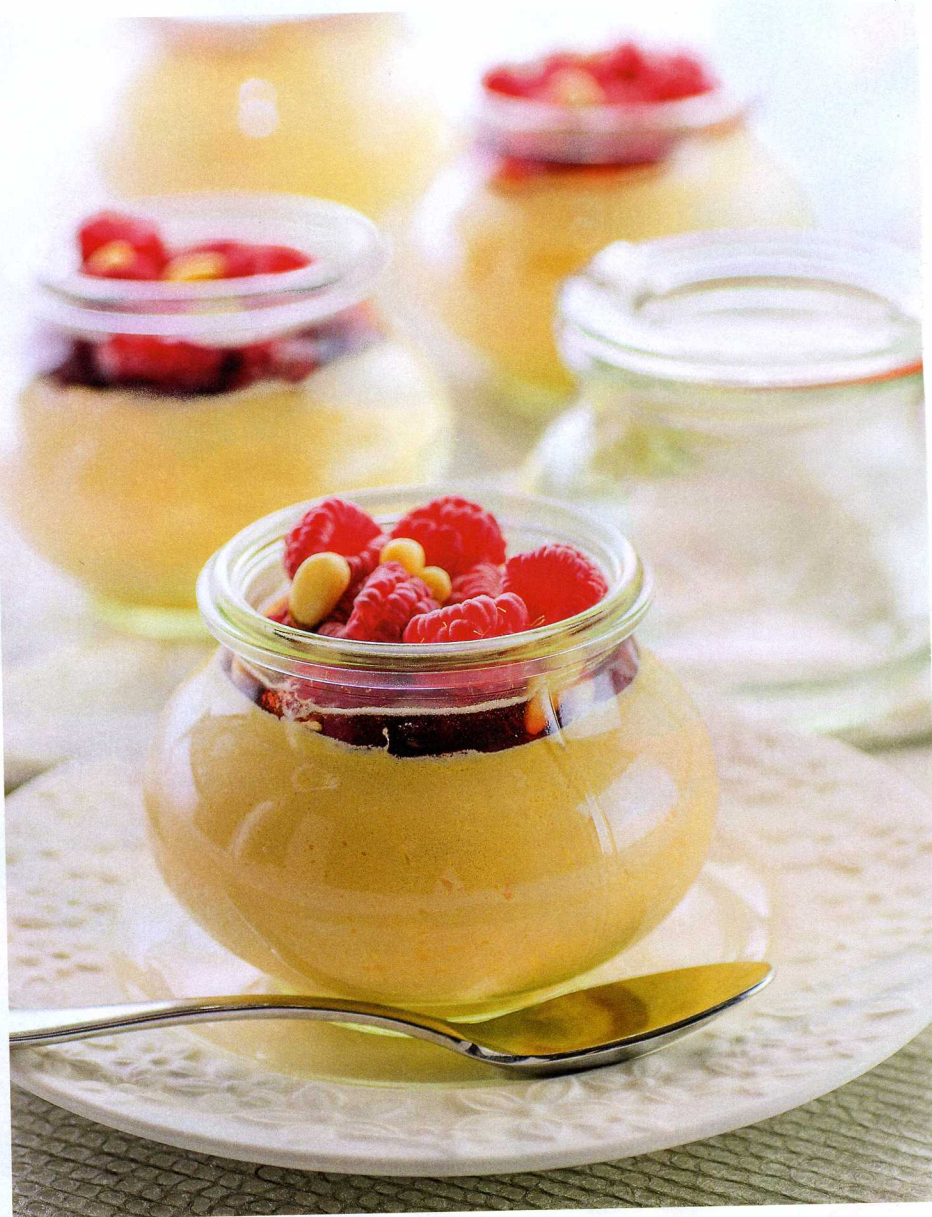
375 g (3 tasses) de framboises  
30 ml (2 c. à soupe) de miel liquide  
2 gros cantaloups pelés, épépinés et coupés en dés  
60 ml (1/4 tasse) de gélatine neutre en poudre  
125 ml (1/2 tasse) de yogourt nature, sans gras  
180 ml (3/4 tasse) de crème à fouetter 35 %  
60 ml (1/4 tasse) de sucre  
1 pincée de sel  
250 ml (1 tasse) de porto froid (voir Astuce)  
50 g (1/2 tasse) de noix de pin hachées

### MATÉRIEL

6 pots d'environ 250 ml (1 tasse)

### PRÉPARATION

- ◆ Dans un grand bol, mélanger 125 g (1 tasse) de framboises et le miel. Réfrigérer.
- ◆ Au robot culinaire, réduire en purée le reste des framboises. Transférer dans un tamis placé au-dessus d'un bol et, à l'aide d'une cuillère en bois, presser pour extraire le plus possible de coulis sans pépins. Jeter les pépins. Couvrir le bol et réfrigérer 2 heures.
- ◆ Au robot culinaire, réduire en purée la chair de cantaloup jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Transférer dans un tamis placé au-dessus d'un bol et, à l'aide d'une cuillère en bois, presser la purée pour éliminer les solides.
- ◆ Mettre 125 ml (1/2 tasse) de purée de cantaloup dans un petit bol et la saupoudrer de gélatine. Réserver 5 minutes.
- ◆ Ajouter le yogourt au reste de la purée de cantaloup et bien mélanger.
- ◆ Dans une casserole, à feu moyen, faire chauffer la crème 35 %, le sucre et le sel. Incorporer, en fouettant, le mélange cantaloup-gélatine et cuire



2 minutes ou jusqu'à ce que la gélatine soit complètement dissoute. Ajouter à la préparation de yogourt et bien mélanger.

- ◆ Répartir la préparation dans les pots. Réfrigérer 4 heures.
- ◆ Au moment de servir, couvrir les crèmes de cantaloup de coulis de framboise et ajouter quelques framboises au miel.
- ◆ Verser dans chaque pot une cuillère de porto froid et garnir de noix de pin.

### VARIANTES

- Remplacer les framboises par la même quantité de fraises. À noter que les fraises n'ont pas le même taux d'acidité que les framboises, qui offrent un bon contraste avec le goût sucré du cantaloup.
- Remplacer le cantaloup par la même quantité de melon d'eau, pour un goût plus subtil. Dans ce cas, utiliser de la liqueur de melon (Midori) au lieu du porto.

### ASTUCE

Pour un dessert très rafraîchissant, mettre le porto au congélateur 2 heures avant de servir.

# PARFAIT À LA PÊCHE ET À LA MANGUE

PORTIONS: 6

## INGRÉDIENTS

4 pêches pelées et tranchées  
125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable  
500 ml (2 tasses) de purée de  
mangue  
750 ml (3 tasses) de yogourt nature  
30 ml (2 c. à soupe) d'amandes  
hachées

## MATÉRIEL

6 pots hauts d'environ 250 ml  
(1 tasse)

## PRÉPARATION

- ◆ Dans un bol, mélanger les tranches de pêches et le sirop d'érable.
- ◆ Dans un autre bol, fouetter la purée de mangue et le yogourt. Ajouter les amandes.
- ◆ Transférer une couche du mélange à la mangue dans les pots. Couvrir d'une couche de pêches, puis terminer par le mélange de mangue. Servir immédiatement.

## ASTUCE

Utiliser du sirop d'érable véritable. Éviter les sirops de table ou aromatisés artificiellement à l'érable, car ils contiennent beaucoup de sucre.

desserts  
en pots

Andrea Jourdan



◆ Les recettes et les photos sont tirées du livre *Desserts en pots*, publié aux Éditions de l'Homme.

