

# *Tiramisu au fruits des bois, bigarreaux et fleurs de bleuets*

pour 6 personnes

## **Ingrédients**

4 cuillère à café de Bleuets Bio  
400g de biscuit à la cuillère extra moelleux  
(environ 1,5 boîte)  
2 cuillère à soupe de sirop d'érable  
100g de sucre blond de canne  
130 g de myrtilles  
130 g de mûres  
400g de cerises fraîche pour le gâteau  
500g de mascarpone  
6 œufs frais bio  
1 pincée de sel pour les blanc en neige  
500g de cerises fraîches dénoyautées  
au préalable pour fabrication du jus  
1 cuillère à soupe de sucre pour le jus de cerise



## **Préparation**

Lavez à l'eau clair et réserver les fruits. Dénoyotez les cerises qui serviront a la fabrication du jus. Dénoyotez ensuite les 400g de cerises qui serviront à la préparation du gâteau , puis les couper en grosses rondelles, réservez.

Séparez le blanc des jaunes et réservez le blanc pour la fabrication des blanc en neige avec 1 pincée de sel. De préférence les monter au batteur dans un cul de poule. Les blancs doivent être ferme.

Mettre dans un saladier en verre les jaunes d'œufs avec le sucre à l'aide d'une spatule ou d'une cuillère en bois.

Ajoutez ensuite le mascarpone, bien mélanger il ne doit y avoir aucuns morceau, la crème doit elle lisse, ajouter les blanc en neige à la crème en les soulevant délicatement avec une spatule en silicone sans les casser et ajouter 2 cuillères à café de fleurs de bleuets et fabriquer le jus de cerise à la suite. Mettre dans l'extracteur les cerises dénoyautées au préalable et récupérer le jus de suite à la sortie dans une casserole, faites tiédir le jus de cerise avec la cuillère à soupe rase de sucre et la cuillère à soupe de sirop d'érable. Réserver de coté une fois le jus tiédir. Incorporer les fruits un à un très délicatement (les cerises en rondelles, les mures et les myrtilles) à la crème de mascarpone, soulevez, incorporez, soulevez, incorporez les fruits. Répéter l'action plusieurs fois.

Maintenant que votre jus de cerise est refroidi, prenez un plat rectangulaire a gratin, et trempé les boudoirs 1 à 1 dans le jus ( attention à ne pas trop les imbibé sinon vous aurai un

gâteau détrempé). Disposez les boudoirs dans votre plat et recouvrez de la moitié de votre préparation la crème et refaite un étage de boudoirs et une nouvelle couche de crème , saupoudrer de 2 cuillère a café 2 bleuets et c'est prêt.

**Mettre à refroidir 12 au frais recouvert d'un film avant de le déguster.**

**Astuces de votre coach :** vous pouvez remplacer les myrtilles par des cassis, remplacer les boudoirs, par des gâteaux « PETITS BRUN DE LU » d'époque, ou les gâteaux « THE » et ajouter des feuilles de menthes fraîches ou encore du basilic dans votre préparation si vous êtes amateurs d'herbes fraîches.

*Bon Dégustation, régalez vous bien et faites briller vos papille gustatives*

*Jessica Virzi  
Coach culinaire*

Sain  
& Divin

