

Yaourt au miel et au kiwi Zespri Green

Recette créée par le chef Martin Volkaerts



NOMBRE DE PERSONNE **XXXX**

DIFFICULTÉ 

INGRÉDIENTS

- 2 50 g de miel
- 250 g de yaourt
- 15 g de gingembre
- 3 kiwis Zespri Green
- 50 g d'eau
- 50 g de sucre

MÉTHODE

- Pour les chips de kiwi
Lavez un kiwi Zespri Green à l'eau froide. Coupez le kiwi en tranches, les plus fines possibles. Il faut ensuite réaliser un sirop de sucre. Pour cela, mettez l'eau et le sucre dans une casserole et portez à ébullition. Trempez ensuite les tranches de kiwi Zespri Green dans le sirop. Placez les tranches sur un papier cuisson et cuisez-les au four à 100° pendant 1h30.
- Pour le coulis de kiwi
Epluchez un kiwi Zespri Green et mettez-le dans un blender. Mixez pour obtenir un kiwi.
- Pour le yaourt au gingembre
Epluchez le gingembre et hachez-le le plus finement possible. Mélangez-le avec le yaourt.
- Le dressage
Placez le mélange yaourt-gingembre dans le fond du verre. Ajoutez le miel par-dessus, ainsi que le coulis de kiwi en troisième couche. Terminez par les chips de kiwis.



Calories 177 kcal 9%	Graisse 2,5g 4%	Saturés 1,5g 8%	Sucre 30,5g 34%	Glucides 34,1g 13%	Vit. C 50 mg 66%
----------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--------------------------	------------------------

Encore plus de
délicieuses recettes sur
www.zespri.eu