

Gratin de pamplemousse rose



Pour 2 personnes :

2 pamplemousses roses

1 fromage blanc 0%

1 CS d'eau de fleur d'oranger

3 CS de cassonade (ou Canderel)

1 CS de maïzena + 2 CS de poudre d'amande

1 œuf

- Couper les pamplemousses en 2 et récupérer les suprêmes.
- Dans un bol, délayer la maïzena avec l'eau de fleur d'oranger et un peu de jus de pamplemousse.
- Ajouter le sucre (ou le Canderel), le fromage blanc, l'œuf et la poudre d'amande. Bien mélanger jusqu'à obtenir une consistance homogène.
- Verser la crème dans un petit plat à gratin beurré (ou 2 ou 3 moules individuels, style ramequins à crème brûlée, beurrés également).
- Disposer les suprêmes de pamplemousse sur la crème et enfourner pour 20 minutes environ, à 220°C (four préchauffé).
- Déguster tiède ou à température ambiante.

B
I
E
N
S
A
N
D
R
A