



Verrines

Verrines légères à la tomate et mousse de laitue



1h30

TEMPS TOTAL

30 min

PRÉPARATION

0

CUISSON

1h

REPOS

55

CALORIES

Ingrédients
pour **8** personnes

Ingrédients pour les verrines

200 g **Laitue(s)**
100 g **Tomate(s) cerise**
60 g **Fromage frais à tartiner**
4 c. à soupe **Crème liquide (fleurette)**
2 unité(s) entière(s) **Blanc(s) d'oeuf**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**
8 tige(s) **Persil plat**

Étape 1

Préparation de la mousse de laitue

- 1 Laver et essorer les feuilles de laitue puis les mettre dans le bol du mixeur muni du couteau.
- 2 Activer le couteau trois fois afin que la laitue soit coupée en petits morceaux.
- 3 Si on ne possède pas de mixeur, on peut réaliser cette opération à la main.
- 4 Ajouter le fromage frais et la crème fraîche puis mixer encore.
- 5 Saler et poivrer.
- 6 Battre les blancs en neige.
- 7 Incorporer délicatement les blancs à la laitue.
- 8 Rectifier l'assaisonnement si besoin.

Étape 2

Dressage

- 1 Couper les tomates cerises en petits dés.
- 2 En réserver quelques unes pour le décor, placer les autres dans le fond des verrines.

- 3 Saler et poivrer légèrement.
- 4 Recouvrir avec la mousse de laitue.
- 5 Il est possible de mettre cette préparation dans une poche à douille afin de garnir les verrines, sinon utiliser une cuillère.
- 6 Décorer avec une pluche de persil et quelques dés de tomate.
- 7 Réserver au frais avant de servir.