

*Glaces*  
**Sorbet mangue light**



**10 min 10 min**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**79**

CALORIES

Ingrédients  
 pour 4 personnes

**Ingrédients pour le  
 sorbet**

400 g **Mangue**  
 1 unité(s) entière(s)  
**Blanc(s) d'oeuf**  
 1 **Edulcorant liquide**  
 100 g **Mûre(s)**

**Étape 1**

Préparation du sorbet

- 1 Dans le mixeur, mettre la mangue congelée, un peu d'eau et quelques gouttes d'édulcorant puis mixer.
- 2 Ajouter un blanc d'oeuf afin d'apporter de l'onctuosité. Mixer à nouveau.

**Étape 2**

Dressage

- 1 Déposer 2 cuillères à soupe de sorbet dans chaque ramequin.
- 2 Ajouter délicatement quelques mûres. Déguster aussitôt.