**TIRAMISU MENTHE ET CITRON VERT EN VERRINE**

**Recette de Christophe Michalak**

Niveau de difficulté : Un peu délicat

Temps de cuisson : 5 minutes

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de repos : 2 fois 12 Heures

**Ingrédients pour 4 verrines :**

**Pour le Tiramisu** :

60 g de Jaune d’œuf (3 œufs) Voir Conseil

80 g de Sucre en poudre

1 Citron jaune

1 Citron vert

140 g de Mascarpone

140 g de Ricotta

100 g de Crème fraiche liquide entière

½ Botte de Menthe fraiche

**Pour l’Imbibage** :

300 g d’Eau

150 g de Sucre en poudre

½ Botte de Menthe

**Pour la gelée de citron vert** :

100 g d’Eau

80 g de sucre en poudre

40 g de Glucose (Voir conseil)

1 Citron vert

75 g de Jus de Citron vert

2 feuilles ½ de Gélatine

35 g d’eau

**Pour le montage** :

Une boite ½ de biscuits Boudoirs (Voir Conseil)

Menthe

Citron vert

**Matériel :**

4 Jolis verres de présentation

1 Batteur électrique

**Préparation :**

La veille hachez une demi-botte de menthe et la faire infuser dans 100 g de crème fraiche liquide et réservez au frais.

Confectionnez la masse gélatine pour la gelée de citron vert : Faites chauffer les 35 g d’eau puis ajoutez la gélatine et laissez figer en bloc. Réservez jusqu’au lendemain (Voir conseil)

Le lendemain zestez un citron vert dans un bol.

Faites chauffer l’eau, le glucose, le sucre et le jus de citron vert puis versez sur les zestes.

Ajoutez la masse gélatine préparée la veuille, bien mélanger et réservez au frais.

Réalisez un sirop avec l’eau et le sucre, portez à ébullition et ajoutez la menthe ciselée.

Laissez infuser 3 à 4 minutes hors du feu puis filtrez à travers un chinois et réservez.

Zestez le citron vert et citron jaune dans un saladier puis les presser pour en extraire le jus et ajoutez le aux zestes. Ajouter le mascarpone et la ricotta et lisser bien le tout à l’aide du batteur.

Dans le bol d’un batteur mettre les jaunes d’œufs, le sucre et battez le tout 1 ou 2 minutes.

Récupérez le crème infusée à la menthe préparée la veille, passez la au chinois puis monter la au batteur dans un saladier jusqu’à obtention d’une crème montée.

Ajoutez cette crème montée aux jaunes d’œufs, puis le mélange mascarpone citrons et montez à nouveau au batteur.

Imbibez les biscuits Boudoir avec le sirop réalisé au par avant. (Voir conseil)

Montage :

Déposez dans le fond de chaque verre une cuillère de gelée de citron, entourez de biscuits Boudoir sur les bords du verre.

Remplissez le centre de crème tiramisu citron.

Placez au frais pour une douzaine d’heures.

Décorez suivant votre inspiration et servez frais.

**Conseil :**

Oui je sais cela vous paraît long à faire mais en fait ce sont que les temps d’attente qui le sont, après c’est vite réalisé. Ne vous découragez pas ça en vaut vraiment la peine.

C’est un pur délice, onctueux, frais et plein de saveurs.

Pour obtenir 60 G de jaunes d’œufs : séparez les jaunes des blancs.

Mélangez délicatement les jaunes et pesez les il ne vous reste plus qu’à retirer le surplus.

Vous trouverez le Glucose sur Internet mais je crois qu’on peut également en trouver en pharmacie. Il sert dans de nombreuses recettes de Chefs Pâtissiers, il est utile pour les glaçages de gâteaux, les gelées, pour certains caramels et autres. Par ailleurs il se conserve très bien.

Pour la masse gélatine : Faites tremper vos feuilles de gélatine recoupées en 2 ou 3 dans un saladier d’eau bien froide pendant une dizaine de minute.

Faite chauffer au micro-ondes l’eau, il faut qu’elle soit très chaude puis incorporez la gélatine que vous aurez pressé entre vos mains afin d’en retirer l’excédent d’eau.

Mélangez bien et réservez à température ambiante avec un fils étirable sur le récipient.

Personnellement j’ai préféré utiliser des Amareti , petits biscuits italiens à l’amande, je ne suis pas fan des Boudoirs que je trouve gustativement assez inintéressants et qui deviennent rapidement très mous.

En contrepartie les Amaretti ont l’avantage de rester bien croustillants et ils apportent un petit gout d’amandes très agréable.

De plus cela permet de mettre moins de biscuits ce qui garde son côté léger au dessert.

Pour l’imbibage  : Il ne s’agit de les laisser tremper les biscuits pendant longtemps mais juste un aller/retour dans le sirop suffit.

En décoration je n’ai pas utilisé de la menthe mais des feuilles de verveine-citron qui de par son gout frais convient très bien à ce tiramisu revisité.

**Côté forme :**

Au Moyen Âge, **la menthe** était déjà administrée aux personnes souffrantes, mélangée à un peu d'opium : elle est donc connue depuis longtemps pour ses **vertus calmantes**, **analgésiques** et **anesthésiques**.

La menthe n'est pas seulement un antidouleur, elle peut aussi être employée comme **antiseptique**, notamment des **voies respiratoires et digestives**.

Au sujet du système digestif et intestinal en effet, la menthe, en particulier la variété pouliot, est employée en médecine naturelle pour **enrayer les colites spasmodiques**.

On lui reconnaît aussi des **propriétés carminatives et très stimulantes pour l'appareil digestif**.

Rien ne vaut une verveine-menthe après un repas trop copieux. Cette infusion permet de **lutter contre l'indigestion et les troubles gastriques comme les brûlures d'estomac et les crampes**.

De plus, la menthe pouliot est conseillée **contre la toux et l'enrouement**, **contre la grippe et le rhume**. Dans ces cas particuliers, il est très bon de faire des inhalations de vapeurs.

Enfin, l'essence contenue dans la menthe, le menthol, est très employée pour **les bains de bouche : elle purifie l'haleine.**