***\*\*\* TIRAMISU ROSE A LA GRENADE ET AU CRÉMANT DE BOURGOGNE ROSÉ\*\*\****

*Niveau de difficulté : Facile*

*Temps de préparation : 20 minutes*

*Temps de réfrigération : 1 Heure*

***Ingrédients pour 4 personnes :***

*8 Biscuits roses de Reims*

*2 Grenades bien mûres*

*10 cl de Crémant de Bourgogne rosé (voir conseil)*

*1 Cuillère à soupe de Sucre en poudre*

*300 g de Mascarpone*

*2 Œufs*

*25 cl de Crème fraiche liquide entière*

*20 g de Sucre glace*

***Matériel :***

*1 Batteur à œufs*

*4 Verres à Martini ou à cocktail*

***Préparation :***

*Ouvrez les grenades et détachez les graines en conservant le plus de jus possible. (Voir conseil)*

*Disposez les graines dans un petit saladier et écrasez-les grossièrement à l’aide d’une fourchette, ajoutez le crémant et le sucre en poudre, réservez au frais.*

*Séparez les blancs des jaunes d’œufs.*

*Battez les blancs en neige et ajoutez délicatement à l’aide d’une Maryse le sucre glace jusqu’à obtention d’une meringue formant le bec d’oiseau.*

*Réservez.*

*Fouettez le mascarpone avec les jaunes d’œuf puis ajouter la crème fraiche.*

*Continuez de fouetter au batteur afin d’obtenir une crème bien aérée.*

*Ajouter délicatement la meringue à l’aide d’une Maryse et réservez cette crème au frais.*

***Montage :***

*Répartissez les graines de grenade (gardez en quelques-unes pour la déco) sans le jus au fond des 4 verres.*

*Etalez une couche de crème.*

*Emiettez les biscuits roses de Reims et dispersez les de façon égale sur les graines de grenade.*

*Arrosez avec le jus au crémant.*

*Recouvrez de crème (voir conseil) puis décorez avec les graines de grenade restantes.*

*Réfrigérez avant de servir.*

***Conseil :***

***Le Crémant de Bourgogne*** *est un vin effervescent produit suivant la méthode Champenoise depuis le 19ième siècle et disposant d’une A.O.C depuis 1975.*

*Produit dans l’Yonne, la Côte d’Or, la Saône et Loire et le Rhône il peut être blanc ou rosé.*

*Ce dernier se distingue par son palais délicat et fruité.*

*Il existe par ailleurs d’autres régions produisant du crémant comme le Bordelais, la Loire ou l’Alsace.*

*Goutez-les et à vous de faire votre choix parmi tous ces crus qui n’ont rien à envier au champagne et pour un prix beaucoup plus abordable.*

*Pour cette recette choisissez du rosé, servez le reste de la bouteille en accompagnement de votre dessert.*



*Afin de réaliser une jolie présentation et que vos verres restent nets utilisez une poche à douille pour garnir vos verres avec la crème, cela vous permettra également de réaliser une belle rosace sur le dessus qui apportera encore plus de raffinement à ce dessert extrêmement élégant.*

*Pour récupérer les graines de grenade facilement celle-ci doit être dans un premier temps bien mure.*

*Pour obtenir une grenade mûre à point, il faut bien la choisir. On privilégie donc un fruit d'une* ***belle rondeur*** *et de* ***couleur rouge foncé à marron****. Lorsqu'on le tapote, il doit se dégager un son métallique. A noter que la variété de grenade la plus sucrée reste la* ***Gordo de Javita****.*

*La grenade possède une écorce rigide et résistante qui lui permet de se conserver assez longtemps et de la protéger. Le fruit peut donc se conserver durant plusieurs semaines voire plusieurs mois au frais.*

|  |
| --- |
|  |
|  |

*Couper votre grenade en deux dans le sens de la largeur.*

*Disposez un chinois au-dessus d’un saladier afin de pouvoir récupérer le jus.*

*A l’aide d’une fourchette faites tomber délicatement les graines dans la passoire en éliminant systématiquement les peaux blanches qui apportent de l’amertume.*

***Coté forme :***

*C'est bien connu,*

*La grenade est un fruit* ***peu calorique*** *(62 kcal pour 100 g), elle est modérée en sucre.*

*Elle constitue un excellent aliment antioxydant qui permet de retarder, grâce aux acides organiques qu'elle contient, le développement des cellules cancéreuses. Cette quantité d'****antioxydant*** *est supérieure à celle présente dans le thé vert ou le vin rouge.*

*La grenade est aussi riche en minéraux comme le* ***potassium*** *qui est présent en grande quantité et* ***lutte contre les maladies cardiovasculaires*** *en jouant un rôle d'hypotenseur. Notons également que ce fruit contient un pourcentage de* ***fibres et de cuivre*** *non négligeable. En médecine traditionnelle, la grenade constitue un* ***excellent vermifuge****.*