



Mousse de fruits rouges au tofu soyeux



Ingrédients

- 400g de tofu soyeux
- 250g de fruits rouges frais ou congelés
- 1 C à S de sucre complet ou de sirop d'agave

Préparation 10 mn

- Dans un mixeur, mixer longuement tous les ingrédients.
- Présenter dans un petit saladier ou répartir dans des coupelles.
- Décorer d'une feuille de menthe.
- Accompagner d'un petit gâteau sec ou tout simplement d'une « cracotte » à la châtaigne.

EN SAVOIR PLUS

Tout aussi simple, remplacer les fruits par du chocolat fondu et une cuillère à soupe de purée d'amande. Le tofu soyeux se caractérise par son onctuosité et sa facilité d'utilisation.