



Découvrez la recette à réaliser en famille proposée dans l'édition des menus des mois de mai et juin 2019. Préparer son sorbet au fruit à la maison avec cette recette !

Préparez votre sorbet aux fruits à la maison avec cette recette.

### **Pour 500 ml de sorbet**

**Préparation : 10 min**

**Repos : 5 h**

### **Ingrédients**

- 500 g de fruits à chair (fraises, abricot, poire, banane... tous les fruits sauf les agrumes)
- 4 cuill. à soupe de miel
- 1 citron

### **Moules à sorbet**

- **Faits maison** : un bac à glaçons avec des petits pics en bois ou des petits pots de yaourt avec des bâtons d'esquimaux
- **Prêts à l'emploi** : des moules à esquimaux ou une boîte hermétique.

### **Recette**

Lave les fruits. Puis, selon le fruit, tu devras aussi l'équeuter, l'éplucher, le dénoyauter ou l'épépiner.

Au besoin coupe-le en morceaux. Étale les fruits entiers ou les morceaux sur une plaque de manière à ce qu'ils soient bien séparés les uns des autres.

Mets-les ensuite au congélateur pendant au moins 4 heures.

Presse le citron et réserve le jus.

Verse les fruits congelés dans le bol d'un mixeur et réduis-les en une sorte de purée congelée, il restera des petits morceaux.

Ajoute une cuillère à soupe de miel et une autre de jus de citron.

Mixe un peu.

Reproduis une seconde fois la même opération : miel et citron. Mixe à nouveau.

Goûte pour tester si c'est assez sucré et évaluer la consistance.

Si ce n'est pas assez crémeux ou sucré, tu peux répéter l'opération une troisième puis une quatrième fois.

Verse ensuite le mélange dans tes moules à sorbet ou dans une boîte hermétique pour en faire des boules glacées après.

Remets-le tout au congélateur au moins une heure et régale-toi.