



Desserts

Pudding au fromage cottage riche en protéines avec fraises et granola

Pour 4 personnes.

Ingrédients

400 grammes cottage cheese
3 cuillères à soupe de miel
1 cuillère à café de extrait de vanille
2 blancs d'œufs
200 grammes fraises (coupées en tranches)
3 brins de menthe

Méthode de préparation

Mettez le fromage cottage, le miel et l'extrait de vanille dans un plat puis mélangez bien. Battez les blancs d'œuf en neige ferme. À la spatule incorporez délicatement les blancs d'œufs montés en neige au mélange de fromage cottage.

Répartissez le granola dans les verres et disposez les tranches de fraises contre l'intérieur des verres. Videz le pudding délicatement dans les verres. Couvrez les verres avec un film fraîcheur et faites-les refroidir 2 heures au frigo. Retirez les verres de pudding du frigo et terminez par des morceaux de fraises et un brin de menthe.

