

## CRÈME DE TOFU SOYEUX ET BAIES

---

Mise en place et préparation:  
env. 15 min

Mise au frais: env. 1 h

Pour 4 verres d'env. 1½ dl

---

**250 g de tofu soyeux**

**3 c. s. sucre glace**

**2 c. s. de sirop de fleurs  
de sureau**

---

**1 dl de crème entière**

---

**200 g de baies** (p. ex. fraises,  
myrtilles)

---

**1 c. s. de sirop de fleurs  
de sureau**

---

1. Travailler tofu, sucre glace et sirop env. 2 min avec les fouets du batteur-mixeur, travailler encore env. 2 minutes.
2. Fouetter la crème en chantilly pas trop ferme, incorporer délicatement à la masse. Répartir dans les verres, réserver env. 1 h à couvert au frais.
3. Mélanger les baies et le sirop, laisser macérer env. 10 min à couvert, répartir sur la crème.

**Portion:** 204 kcal, pro 5 g, glu 21 g, lip 11 g

