

ANTIPASTI E SNACK

Spuma ghiacciata di cetrioli

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

Formaggio vegetale tofu
cetrioli
cipolle
albume d'uova
prezzemolo
menta
sale marino integrale.

PREPARAZIONE

1 Far frullare il cetriolo, ben lavato, con il tofu, aggiungendo se occorre un goccio di latte. Unire nel frullatore un po' di cipolla fresca, il sale e le erbe.

A parte montare delle chiare d'uovo a neve e unirle con un cucchiaino, poco alla volta, alla crema ottenuta. Porre nelle coppette individuali e far raffreddare in frigorifero.

2 Se si desidera un composto più consistente, usare l'alga marina agar-agar sciogliendola in

acqua tiepida fino a bollitura, e poi mescolarvi tutti gli altri componenti.