

## SPHÈRES AUX FRUITS ET ÉPICES

Écrit par Hélène

Mercredi, 28 Décembre 2016 16:05 - Mis à jour Mercredi, 28 Décembre 2016 16:11

---

*Une recette issue du livre **Les Dômes Tupperware** que j'ai testée avec le nouveau **moule à dômes en silicone**  
. J'adore !*



PRÉPARATION : *20 mn*

CUISSONS : *5 mn à 360 watts + 2 mn à 600 watts*

CONGÉLATEUR : *10 mn (ou 20 mn au réfrigérateur)*

## SPHÈRES AUX FRUITS ET ÉPICES

Écrit par Hélène

Mercredi, 28 Décembre 2016 16:05 - Mis à jour Mercredi, 28 Décembre 2016 16:11

---

COÛT MOYEN : *1,30 € / personne*

### **Ingrédients pour 6 personnes**

Sphère au chocolat

- 200 g de chocolat noir 70 % dessert

Garniture

- 200 g nets de mangue épluchée
- 125 g de framboises

## **SPHÈRES AUX FRUITS ET ÉPICES**

Écrit par Hélène

Mercredi, 28 Décembre 2016 16:05 - Mis à jour Mercredi, 28 Décembre 2016 16:11

---

- 1 fruit de la passion
  
- 1 pincée de 4 épices

### Sauce chocolat

- 50 ml de lait
  
- 50 ml de crème liquide
  
- 1 pincée de 4 épices
  
- 50 g de chocolat noir
  
- 25 ml de sucre glace

### **Préparation**

## SPHÈRES AUX FRUITS ET ÉPICES

Écrit par Hélène

Mercredi, 28 Décembre 2016 16:05 - Mis à jour Mercredi, 28 Décembre 2016 16:11

---

Dans le Pichet MicroCook 1 l, faites fondre 100 g de chocolat en morceaux, 2 mn 30 à 360 watts. Laissez reposer 1 mn et mélangez à l'aide de la spatule silicone. Si besoin, refaites chauffer 20 s à 360 watts.

Répartissez équitablement le chocolat fondu dans les alvéoles du Moule à dômes placé dans la Boîte Igloo. Avec le Pinc eau silicone Pro, étalez uniformément le chocolat en remontant bien sur les bords.

Placez au congélateur 10 mn (ou 20 mn au réfrigérateur) et démoulez délicatement. Refaites de même avec les 100 g de chocolat restants pour faire 6 nouvelles coques de chocolat. Mettez les coques au réfrigérateur en attendant.

Dans le Bol 2 l, mélangez délicatement avec la spatule silicone la mangue coupée en cubes réguliers, les framboises, la pulpe du fruit de la passion et les 4 épices.

Préparez la sauce chocolat : dans le Pichet MicroCook 1 l propre, faites chauffer 2 mn à 600 watts, le lait, la crème et les 4 épices. Ajoutez le chocolat en morceaux, le sucre glace et mélangez, la sauce va épaissir. Si le chocolat n'est pas complètement fondu, remettez à chauffer 30 s à 600 watts.

Dans chaque assiette à dessert, posez au centre une coque de chocolat, garnissez-la de fruits, posez au centre une framboise et recouvrez avec une coque de chocolat vide. Mettez au réfrigérateur.

## **SPHÈRES AUX FRUITS ET ÉPICES**

Écrit par Hélène

Mercredi, 28 Décembre 2016 16:05 - Mis à jour Mercredi, 28 Décembre 2016 16:11

---

Pour le service, versez un peu de sauce au chocolat chaude pour faire fondre la coque en chocolat et permettre aux invités de découvrir l'intérieur.