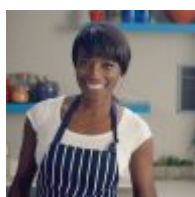


TARTELETTES MINCEUR



Par

Lorraine Pascale

Dans

**Ma cuisine facile au four
by Lorraine**

INGRÉDIENTS :


- 80 g de beurre fondu et refroidi
- 270 g de pâte filo
- 4 c. à soupe de confiture d'abricot
- 500 g de yaourt grec
- 2 c. à soupe de miel
- Les graines de 1 gousse de vanille (ou 2 gouttes d'extrait de vanille)
- 1 petite grappe de raisins noirs sans pépins, coupés en deux
- Quelques grappes de groseilles
- 1 fruit du dragon, pelé et coupé en cubes
- 2 grosses figes coupées en quartiers


RECETTE :

Pour 8 tartelettes minceur

1. Préchauffez le four à 180°C. Placez la grille au centre du four. Graissez les moules d'une plaque de 12 muffins.
2. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez une feuille de pâte filo de beurre puis découpez-la en carrés assez grands pour déborder un peu sur les côtés de chaque moule.
3. Posez un carré de pâte filo sur le plan de travail puis superposez un second en faisant un quart de tour pour former une étoile. Superposez deux autres carrés de pâte filo en faisant un quart de tour à chaque fois. Placez la pâte filo délicatement dans un moule à muffin et procédez ainsi pour chaque moule.
4. Enfournez 5 min. Dès que les « coques » sont croustillantes et dorées, sortez-les du four et laissez-les refroidir avant de les démouler.
5. Préparez la garniture : faites chauffer la confiture dans une casserole sur feu doux. Dans un saladier, mélangez le yaourt grec avec les graines de vanille et le miel.
6. Garnissez les « coques » d'une bonne cuillerée de yaourt aromatisé et de fruits frais joliment disposés. Badigeonnez de confiture d'abricot chaude pour obtenir un joli glaçage

PRÉPARATION :

 15 minutes

 5 minutes

 Facile