

ROCHERS COCO À LA LAITUE DE MER

Ingrédients :

1 gros blanc d'œuf (ou 2 petits)
2 cs de paillettes de laitue de la mer
60 g de noix de coco râpée
30 g de sucre à la violette

Préparation :

Préchauffer le four à 160 °C.

Réhydrater la laitue de mer dans le blanc d'œuf.

Mélanger le sucre et la noix de coco puis incorporer le blanc et ses paillettes d'algue.

Sur une plaque couverte de papier sulfurisé, déposer des petites quantités de ce mélange (environ 10 à 15 pour ces proportions).

Cuisson :

Enfourner pendant 15 min.

Les rochers peuvent se conserver quelques jours au réfrigérateur dans une boîte hermétique.



Recette de Catherine Le Joncour : « Savez-vous goûter les algues », page 109

Presses EHESP

Proposée par Brigitte.G

Troc-recettes du 22/11/19 : Pleudaniel