

Soupe Glacée aux Pêches, Abricots, Grenadilles à la Cardamome

INGREDIENTS

Pour 4 personnes

La soupe glacée

- * 4 abricots mûrs et fermes
- * 4 pêches blanches
- * 2 grosses grenadilles
- * 1 citron non traité
- Pour le dressage*
(facultatif)
- * des petites grenadilles sauvages
- * 1 pêche en tranches
- * 1 abricot en tranches
- * quelques feuilles de menthe

Le sirop parfumé

- * 30 cl d'eau
- * 150 g de sucre de canne bio
- * les graines écrasées de 4 gousses de cardamome

PRÉPARATION

- Faire bouillir l'eau et le sucre, puis ajouter les graines écrasées de cardamome. Laisser infuser pendant 10 min, puis filtrer.
 - Éplucher les pêches, les abricots et retirer le noyau. Presser le citron. Dans un blender (ou mixeur plongeant) mixer les pêches, les abricots et les graines de grenadilles avec le sirop refroidi **(sucrez selon votre goût : je n'ai pas utilisé tout le sirop ...)** et le jus de citron jusqu'à ce que la soupe soit bien lisse. Passer ensuite au chinois et réserver au frais au moins 2h.
 - Verser la soupe bien froide dans une assiette creuse, puis ajouter quelques graines de grenadilles sauvages (facultatif), quelques tranches de pêches, d'abricots, quelques feuilles de menthe.
- * Servir aussitôt.