

## Sabayon au vin rouge et aux mûres

### Ingrédients

Pour 4 personnes

250 g de mûres

sabayon:

2 dl de vin rouge corsé (merlot, par ex.)

4 cs de sucre brut

un peu de jus de citron

4 jaunes d'oeufs

3 cs de crème entière

fleurs de mûrier pour décorer (facultatif)



### Préparation

1. Répartir les fruits dans des verres.
2. Sabayon: mélanger tous les ingrédients dans un saladier aux parois fines. Battre en mousse au bain-marie (pas bouillant). Verser immédiatement sur les fruits. Garnir, le cas échéant, de fleurs de mûrier et servir.

Mariner les mûres dans du Grand marnier ou de la liqueur de cassis.

Remplacer le vin rouge par du porto.

Aromatiser selon les goûts le sabayon d'un peu de cannelle, de girofle ou d'anis en poudre.

### Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 194 kcal; protéines: 4 g; lipides: 10 g; glucides: 16 g.