

# Meringues aux Fruits Rouges

Recette extraite du livre « Les meilleures recettes d'Anne »  
d' Anne ALASSANE, Gagnante de la saison 1 de MasterChef  
( Edition Solar )

## Ingrédients pour 30 meringues

- 4 blancs d'œufs
- 125 g de sucre en poudre
- 125 g de sucre glace
- arôme naturel de fruits rouges  
Ou coulis de fruits rouges
- huile
- 1 pincée de sel



Anne ALASSANE  
à MasterChef

## Préparation

Sortez les blancs d'œufs du réfrigérateur 15 minutes minimum avant de les utiliser.

Commencez à monter doucement les blancs d'œufs avec une pincée de sel

Puis augmentez la vitesse pour les monter en neige ferme, en incorporant le sucre en poudre lorsque la préparation est montée aux deux tiers.

Continuez à battre pendant 2 minutes; des pointes doivent se former quand vous soulevez le fouet

Incorporez alors le sucre glace délicatement et l'arôme naturel de fruits rouges

Recouvrez une plaque à four de papier sulfurisé. Graissez le papier avec un peu d'huile

A l'aide d'une poche à douille ou de deux petites cuillères, déposez des petits tas de préparation sur la plaque

Enfournez 1 h30 à 2 heures à 100°c .

Au bout de 1 h30, les meringues sont blanches et moelleuses.

Si vous les préférez craquantes avec un cœur moelleux, poursuivez la cuisson 30 minutes

Laissez refroidir avant de déguster.

