

## Purée de piment à la papaye

Préparation et cuisson: env. 65 min. Pour 4 bocaux d'env. 1 dl

- 200 g de **peperoncino rouge**, en rouelles
- 1 **papaye**, pelée, épépinée, en morceaux (donne env. 280 g)
- 2 à 3 **limettes**, seulement le jus (donne env. 1 dl)
- 100 g de **sucré**
- 2 **gousses d'ail**, pressées
- ¼ de c. à café de **sel**

réduire le tout en purée, porter à ébullition dans une casserole en remuant. Baisser le feu, cuire env. 30 min à petit feu et à couvert, en remuant de temps en temps. Enlever le couvercle, cuire encore env. 25 min à découvert en remuant de temps en temps. Verser la purée bouillante dans des bocaux propres préchauffés; remplir à ras bord et fermer sans attendre; laisser refroidir sur une surface isolante

**Conservation:** au frais et à l'obscurité, env. 6 mois. Une fois le bocal ouvert, le conserver au réfrigérateur, consommer rapidement la purée de piment.

- **Recette voir ci-dessous. Idéal aussi avec:** riz frit, légumes sautés, pizza, pâtes, mets asiatiques et mexicains.

Par 100 g: lipides 0 g, protéines 1 g, hydrates de carbone 34 g, 618 kJ (148 kcal)

### Glace vanille racée et sauce au chocolat

Préparation: env. 10 min  
Congélation: env. 2 heures  
Pour 4 coupes à dessert

Mettre dans une terrine 700 ml de **glace vanille**, légèrement dégelée, ajouter 4 cs de **purée de piment à la papaye** (voir ci-dessus), passée au tamis, bien mélanger et congeler env. 2 heures.

**Service:** verser un peu de **sauce chocolat** (p. ex. Sauce Dessert Dr Oetker) dans les coupes. Former des boules de glace, les placer dans la sauce, décorer avec une cuillère à soupe de sauce chocolat par coupe, servir sans attendre.

**Remarque:** ne pas conserver le restant de la glace.

Par personne: lipides 20 g, protéines 5 g, hydrates de carbone 45 g, 1587 kJ (379 kcal)

