

vege

Recette #10: Juin / Juillet / Août

**Cheesecake crémeux  
à l'abricot**



Cette recette  
vous est proposée par  
**Sébastien Trinquier**,  
chef au *Montreux  
Jazz Café*



TOTAL:  
12 CHF

## Ingrédients:

### Durée de la recette :

45 min de préparation

+ 2 à 3 heures de temps de repos

### Pour la base :

**100 g** de TUC

ou crackers salés

**50 g** de beurre

**25 g** de cassonade

### Pour l'insert à l'abricot :

**200 g** d'abricots

**20 g** de miel

$\frac{1}{2}$  citron (le jus)

**2** feuilles de gélatine

### Pour la crème cheesecake:

**250 g** de Philadelphia

nature ou St-Môret

**150 g** de crème liquide 35%

**40 g** de sucre glace

### Pour la décoration :

**2** abricots

## Préparation:

À la main ou à l'aide d'un robot ménager, brisez les biscuits en miettes et incorporez votre beurre légèrement ramolli ainsi que la cassonade. Une fois votre pâte bien homogène, réalisez à l'aide d'un cercle ou d'un moule, un disque d'un centimètre d'épaisseur. Réservez au réfrigérateur ou au congélateur (si vous êtes pressé).

Pour l'insert, faites tremper préalablement vos feuilles de gélatine dans de l'eau bien froide. Taillez ensuite vos abricots en dés. Dans une casserole, faites revenir les dés avec le miel, laissez légèrement compoter. Ajoutez ensuite le jus de citron en coupant la cuisson. Enfin, égouttez bien vos feuilles de gélatines et incorporez-les à votre préparation encore chaude.

Moulez ensuite en cercle de 2cm d'épaisseur. Réservez au réfrigérateur ou au congélateur.

Avant de monter la crème vérifiez que votre biscuit et votre insert soient pris. À ce moment-là, fouettez comme pour une chantilly l'ensemble des ingrédients nécessaires à la préparation de la crème cheesecake. Moulez la crème fouettée dans un moule ou un cercle, ajoutez l'insert et recouvrez avec le biscuit. Ne craignez pas d'appuyer un peu afin de lier les trois préparations. Réservez ensuite l'entremet au réfrigérateur ou congélateur au moins deux heures. Ensuite démoulez-le en le retournant sur une assiette ou un plat à gâteau.

Avant de servir décorez à votre guise avec les abricots taillés selon votre inspiration.

Enfin, dégustez ce petit plaisir à la fois crémeux et légèrement acidulé.

Bon appétit!

Sébastien Trinquier,  
Montreux Jazz Café





# L'abricot

L'abricot nous séduit par son goût savoureux et sucré, sa texture douce et juteuse et sa couleur éclatante. En Suisse, l'abricot fait partie des fruits les plus appréciés. Avec une production à 95% valaisanne, chaque citoyen en consommerait près de 3 kg par an!

## Le mot de la nutritionniste

L'abricot est très riche en vitamine A, en fer et en cuivre. Il fournit une grande quantité de fibres alimentaires et d'antioxydants précieux, essentiels pour la santé globale. Et cela peut importe qu'il soit consommé frais, séché, en conserve ou en jus.

## Bien choisir ses abricots

L'abricot doit être jaune ou orangé, souple au toucher et à la peau lisse. Il est recommandé de favoriser l'achat d'abricots récoltés à maturité et cultivés localement.

## Bien les conserver

L'abricot se conserve environ une semaine à température ambiante. Si nécessaire, on peut faire mûrir les abricots en les mettant dans un sac en papier à température ambiante pendant un ou deux jours.

Dr. Maryam Yepes,  
*nutriMenu.ch*