



# FRANUIS

*Ces bouchées glacées sont un véritable délice, alliant l'acidité de la framboise, la fraîcheur du skyr et l'intensité du chocolat noir. Une gourmandise parfaite pour une pause rafraîchissante ou un dessert léger.*



PREP TIME

25 MIN



COOK TIME

0 MIN



SERVINGS

10-15

FRAMBOISES

## Ingédients

- 10-15 framboises fraîches ou congelées
- 150g de skyr
- 100g de chocolat noir (70% minimum)

## Instructions

1. Si vous utilisez des framboises fraîches, lavez-les délicatement et séchez-les avec du papier absorbant. Disposez-les sur une plaque ou une assiette recouverte de papier sulfurisé, en veillant à ce qu'elles ne se touchent pas. Placez-les au congélateur pendant au moins 30 minutes. Si vous utilisez des framboises déjà surgelées, vous pouvez passer directement à l'étape suivante.
2. À l'aide d'un cure-dent ou d'une petite fourchette, piquez une framboise et trempez-la dans le Skyr pour bien l'enrober.
3. Une fois toutes les framboises enrobées de Skyr, replacez la plaque au congélateur pour une durée de 10 à 15 minutes. La couche de Skyr doit être complètement gelée et dure au toucher.
4. Quand les framboises au Skyr sont presque prêtes, faites fondre le chocolat noir. Cassez-le en morceaux et faites-le fondre doucement au bain-marie ou au micro-ondes par tranches de 30 secondes, en remuant régulièrement pour ne pas le brûler.
5. Sortez les framboises glacées au Skyr du congélateur. En les piquant à nouveau avec un cure-dent, plongez-les rapidement dans le chocolat noir fondu. Le chocolat va durcir quasi instantanément au contact de la framboise glacée.
6. Déposez les Franui terminés sur la plaque de papier sulfurisé.
7. Placez vos créations une dernière fois au frigo pour environ 15 minutes, afin que le chocolat soit parfaitement croquant.

APPORTS NUTRITIONNELS DE 10-15 FRANUIS

**641,5 KCAL**

**24,9 G DE PROTÉINES**

Smilla Moniez  
Détalicienne