



## Fraises glacées 2 minutes chrono

16/08/2017 à 08h34

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 2 min

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 500g de fraises surgelées
- 1 cuillère à café d'édulcorant
- 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille
- 1 blanc d'œuf (facultatif)

### Préparation :

- Mélangez dans un blender les fraises sortant du congélateur, l'édulcorant, et l'extrait de vanille. Mixez au blender de 30 secondes à 1 minute ;
- Si votre blender peut monter les blancs en neige, ajoutez dans le mélange le blanc d'œuf et mixez encore 30 secondes à 1 minute supplémentaire ;
- Servez immédiatement.

### L'astuce du chef :

Vous pouvez réaliser ce dessert avec n'importe quel fruit surgelé.

Plus les fruits sont gros, plus votre blender devra être de bonne facture ou bien coupez les fruits avant.