**Mousse légère au coulis de mangue**

[](http://icu.linter.fr/450/360656/6154232935/mousse-legere-au-coulis-de-mangue.jpg)

http://cuisine.journaldesfemmes.com/image/commun/picto_citation.gifUne mousse très aérienne surmontée d'un délicieux coulis de mangue, le tout prêt en 15 minutes, parfait dessert pour un repas léger ! http://cuisine.journaldesfemmes.com/image/commun/picto_citation_fin.gif

[Facile](http://cuisine.journaldesfemmes.com/recette-facile)

**Pour 4 personnes :**

* 500 g de petits suisses à 20 % (ou du fromage blanc)
* 2 cuillères à soupe d'édulcorant
* 2 blancs d'[oeuf](http://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/226/oeuf.shtml" \o "Oeuf (Ingrédient)" \t "_blank)
* 1 cuillère à café d'extrait de [vanille](http://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/208/vanille.shtml)
* 1 grosse [mangue](http://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/153/mangue.shtml)
* le jus d'1/2 [citron](http://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/83/citron.shtml)
* 1 [kiwi](http://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/140/kiwi.shtml) pour décorer (fac.)
* **Préparation :** 15 mn
* **Cuisson :** 0 mn
* **Repos :** 0 mn

**Préparation Mousse légère au coulis de mangue**

**1**Montez les blancs d'oeufs en neige bien ferme. Battez les petits suisses avec la vanille et l'édulcorant. Ajoutez les blancs en neige, mélangez délicatement. Réservez au frais.  
  
**2**Epluchez la mangue et coupez-la en morceaux. Mettez-les dans le bol du blender avec le jus de citron, mixez jusqu'à obtention d'un coulis homogène. Si c'est nécessaire vous pouvez ajouter un peu d'édulcorant.   
  
**3**Dans 4 [verrines](http://cuisine.journaldesfemmes.com/definition/300167/verrines.shtml), disposez la mousse aux petits suisses jusqu'aux deux tiers. Versez dessus le coulis de mangue. Décorez avec une rondelle de kiwi.  
  
**4**Servez bien frais.

Pour finir... Ce dessert peut se réaliser de la même façon avec tous les fruits de votre choix, le citron n'étant utile que pour les fruits qui risquent de s'oxyder.