**Iles flottantes à la fraise**

Ingrédients : (pour 4 verrines)

Coulis de fraise :

- 500 g de fraises  
- 50 g de sucre en poudre  
- 1 càc de vanille liquide

Blancs d'oeufs :

- 2 blancs d'oeufs  
- 1 pincée de sel  
- 1 CàS de sucre en poudre

- [caramel liquide maison](http://www.evacuisine.fr/archives/2012/06/06/24227828.html)

Recette :

Préparez le coulis de fraises : rincez les fraises et équeutez-les. Coupez-les en deux et déposez-les dans un mixeur avec le sucre en poudre et la vanille liquide. Mixez jusqu'à ce que le coulis soit bien lisse. Versez le coulis dans 4 verrines.

Fouettez les blancs en neige, avec la pincée de sel. Quand ils commencent à être bien fermes, ajoutez le sucre en poudre.

A l'aide d'une cuillère, faites des petits tas sur une assiette. Laissez cuire au micro-ondes une vingtaine de secondes, sur puissance maximale. Les petits tas vont gonfler.

Déposez-les sur le coulis de fraises, et réservez au frais jusqu'au moment de servir. Nappez les îles flottantes de caramel liquide au moment de servir.

Et voici un petit dessert aux fraises vraiment très léger et rapide à préparer !

Note : N'hésitez pas à remplacer la vanille par un peu de menthe fraîche, par exemple.

***http://www.evacuisine.fr/***