



ICED°
METHOD
by StefanoChef

LIVRE DE RECETTES GRATUIT · ÉDITION FRANÇAISE

30 SORBETS PARFAITS

*pour Moulinex Dolci —
vrais fruits, équilibrés
par un chef.*

+ VERSION SHERBET



Plus de 800 recettes dans l'ICED METHOD APP

app.icedmethod.com

QUI SOMMES-NOUS

ICED METHOD°

Une méthode née dans une vraie cuisine, pas dans un service marketing.

Je suis Stefano, chef. Depuis plus de dix ans, je travaille chaque jour avec le Pacojet dans la cuisine de mon restaurant : c'est là que j'ai appris à quel point l'équilibre compte, gramme par gramme, pour qu'une glace ou un sorbet sorte lisse du premier coup.

Quand les machines à glace domestiques sont arrivées — Moulinex et Tefal Dolci, Ninja CREAMi, Sencor —, je les ai installées en cuisine et je les ai testées avec la même rigueur. Elles fonctionnent très bien, à une condition : que la recette soit pensée pour elles.

ICED METHOD°, c'est exactement cela : des recettes équilibrées pour ta machine et pour ton bol, expliquées simplement, avec les astuces que nous utilisons vraiment en service.



— *Stefano Chef*

10+

ans de Pacojet dans un vrai restaurant

800+

recettes équilibrées dans l'appli

chaque jour

Dolci, Ninja et Sencor dans notre cuisine

Ta machine deviendra une compagne quotidienne de ta cuisine. Si tu le lui permets.

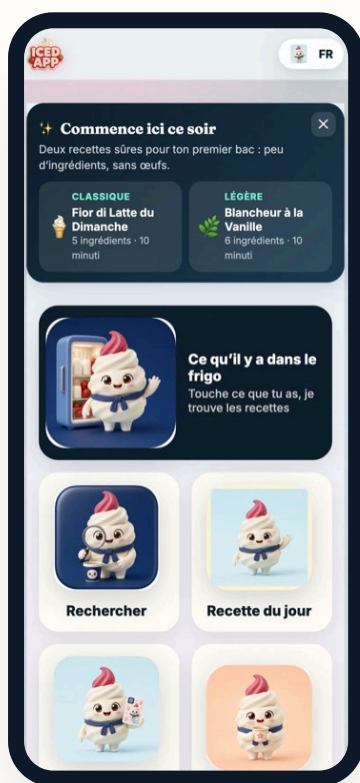


L'APPLI

Beaucoup d'autres sorbets t'attendent dans l'ICED METHOD APP

Ces 30 sorbets ne sont qu'un avant-goût. Tout le reste est dans l'appli.

- Plus de 800 recettes équilibrées pour ta machine
- Le bon programme à lancer, recette par recette
- Les grammes calculés pour ton bol, prêts à peser
- Un feu tricolore qui valide ton mélange avant de congeler



ACCUEIL



RECETTE



LABORATOIRE

Ouvrir l'appli →

app.icedmethod.com · www.icedmethod.com

AVANT DE COMMENCER

Comment utiliser ce livre

Chaque recette est pensée pour UN bol de la Dolci (ligne MAX, environ 480 ml). Pèse tout en grammes avec une balance numérique : c'est le secret de l'équilibre.

1 Prépare et pèse

Pèse chaque ingrédient au gramme près, mélange à sec les sucres et la gomme de guar, puis verse-les en pluie dans les fruits mixés : le guar épaissit à froid.

2 Remplis jusqu'à la ligne MAX

Verse la préparation dans le bol sans jamais dépasser la ligne MAX.

3 Congèle 24 h à -18 °C

Pose le bol bien à plat au congélateur, sans couvercle seulement pendant les premières heures ; ensuite, ferme-le jusqu'aux 24 heures.

4 Programme SORBET

Installe le bol sur la Dolci et lance le programme SORBET.

5 RE-SPIN si besoin

Si ce n'est pas encore crémeux, lance RE-SPIN, éventuellement avec 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau.

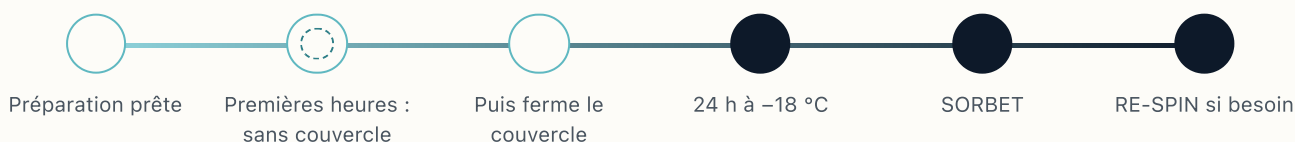
6 Mix-in

Pour ajouter des morceaux (fruits, zestes, éclats croquants), creuse un puits au centre et utilise le programme MIX IN.

Brix degré Brix indicatif de la pulpe (sucres solubles), issu de bases de données alimentaires publiques.

Sorbet la recette de base : fruits, eau, sucres. Équilibrée selon les zones sorbet du moteur ICED.

Sherbet le même fruit avec un peu de mascarpone ou de fromage frais à tartiner (type Philadelphia) : plus crémeux et plus rond, toujours léger (environ 2 % de matières grasses).



Choisis des fruits bien mûrs, de saison et du marché : ce sont eux qui font la différence.

 Les règles du chef pour la sécurité alimentaire sont page 5.

BRUX

Pourquoi le degré Brix compte

- 1 Le degré Brix mesure la quantité de sucres dans la pulpe : une fraise tourne autour de 7–8, une mangue ou un kaki atteignent 14–16.
- 2 Dans un sorbet, les sucres ne servent pas qu'à sucrer : ils abaissent le point de congélation et décident s'il sera crémeux ou un bloc de glace.
- 3 C'est pourquoi chaque fruit a son pourcentage : plus il est sucré, moins on ajoute de sucre ; plus il est acide ou aqueux, plus il en faut.
- 4 L'objectif est un extrait sec total de 28–31 % : la zone où la Dolci travaille un sorbet lisse et bien tenu.
- 5 Si tes fruits sont beaucoup plus ou moins mûrs que d'habitude, le feu tricolore de l'appli t'aide à corriger les grammes.

AVANT DE COMMENCER

Comment conserver le sorbet

- 1 Après le programme, lisse la surface avec une cuillère, ferme le couvercle et remets tout de suite le bol au congélateur.
- 2 Au moment de le resservir, il sera dur : c'est normal. Lance RE-SPIN et il redevient crémeux.
- 3 Déguste-le dans les 1 à 2 semaines : parfum et couleur du fruit sont à leur meilleur les premiers jours.
- 4 La préparation pas encore congelée se garde au réfrigérateur 24 heures maximum.
- 5 Ne recongèle jamais un sorbet ou une préparation décongelés.



SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Les règles du chef

Ce livre est fait pour la cuisine de la maison. En chef de restaurant, je partage avec toi les règles de la restauration : quelques gestes simples, pour des sorbets bons et sûrs.

- **Fruits et herbes**
Lave et sèche bien les fruits et les herbes fraîches (basilic, menthe, thym...). Choisis des fruits sains et mûrs et écarte les parties abîmées ou moisies.
- **Tout propre**
Plan de travail, blender, ustensiles, bol, couvercle et ta Dolci : toujours propres. Pour nettoyer la machine, suis son mode d'emploi.
- **Le couvercle**
Sans couvercle seulement les premières heures de congélation, puis ferme : le couvercle protège aussi des odeurs et des contaminations croisées dans le congélateur.
- **Chaîne du froid**
Mets la préparation au congélateur juste après l'avoir faite, à -18 °C (si tu dois attendre, au réfrigérateur et 24 heures maximum). Ne laisse ni la préparation ni le sorbet à température ambiante.
- **Herbes et ail dans l'huile**
Ne les conserve jamais dans l'huile à température ambiante : si tu prépares une huile aromatisée, garde-la au réfrigérateur et utilise-la en quelques jours.
- **Jamais recongeler**
Un sorbet ou un sherbet décongelé ne se recongèle pas. Si tu décides de le faire chez toi, c'est ton autocontrôle qui compte : avec les précautions nécessaires, consomme-le vite et note-le sur l'étiquette. Dans l'ICED METHOD APP, tu peux imprimer l'étiquette de chaque recette avec la date de préparation et tes annotations (par ex. « recongelé »).
- **Fruits frais**
Comme pour un jus pressé ou un smoothie, les fruits sont travaillés frais. Pour les jeunes enfants, les femmes enceintes, les personnes âgées et les personnes fragiles, les mêmes précautions que pour les fruits frais s'appliquent : des fruits très frais et sains, bien lavés, et une hygiène irréprochable. Les fromages frais du supermarché (mascarpone, Philadelphia) sont déjà pasteurisés.
- **Conservation**
Le sorbet turbiné avec la Dolci est à son meilleur tout juste fait. Ce qui reste retourne tout de suite au congélateur à -18 °C, avec le couvercle : déguste-le dans les 1 à 2 semaines, mais parfum et texture sont à leur meilleur les premiers jours.

Chez toi, c'est ton autocontrôle qui s'applique : ce sont des conseils de bonne pratique, ils ne remplacent ni les règles d'hygiène ni le bon sens.

30 SORBETS PARFAITS

Les 30 recettes

Chaque recette : doses pour un bol, version sorbet et version sherbet.

01		Sorbet à la fraise du potager fraise	7	16		Sorbet au melon du plein été melon	23
02		Sorbet à la framboise de juin framboise	8	17		Sorbet à la pastèque du 15 août pastèque	24
03		Sorbet aux myrtilles des montagnes myrtille	9	18		Sorbet au kiwi émeraude kiwi	25
04		Sorbet aux mûres des ronces mûre	10	19		Sorbet à l'orange de Sicile orange	26
05		Sorbet aux groseilles de juillet groseille	11	20		Sorbet à la mandarine de décembre mandarine	27
06		Sorbet au cassis des sous-bois cassis	12	21		Sorbet au citron de Calabre citron	28
07		Sorbet aux cerises de mai cerise	13	22		Sorbet au pamplemousse rose du couchant pamplemousse rose	29
08		Sorbet à l'abricot des collines abricot	14	23		Sorbet à l'ananas des îles ananas	30
09		Sorbet à la pêche jaune d'été pêche	15	24		Sorbet à la mangue de la mousson mangue	31
10		Sorbet à la nectarine de l'aurore nectarine	16	25		Sorbet à la banane du petit matin banane	32
11		Sorbet à la mirabelle de fin d'été mirabelle	17	26		Sorbet au kaki d'automne kaki	33
12		Sorbet à la poire Williams de septembre poire	18	27		Sorbet à la grenade rubis grenade	34
13		Sorbet à la pomme verte croquante pomme verte	19	28		Sorbet au fruit de la passion des tropiques fruit de la passion	35
14		Sorbet à la prune noire et graines de pavot prune noire	20	29		Sorbet à la rhubarbe de printemps rhubarbe	36
15		Sorbet à la figue méditerranéenne figue	21	30		Sorbet au citron vert, eau du jardin citron vert	37



RECETTE 01 · FRAISE

Sorbet à la fraise du potager

Avec du basilic frais et un tour de poivre noir

BRIX 6,5 °Bx

SAISON avril – juin

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

fraises mûres, lavées et équeutées	335 g
feuilles de basilic (environ 8)	4 g
sucres en poudre	78 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	38 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les fraises entières, sèche-les et équeute-les seulement après : elles ne se gorgent pas d'eau.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide et les feuilles de basilic. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt avec un tour de poivre noir.

La touche du chef

Le basilic se mixe cru avec les fraises : il reste vert et parfumé. Au service, un tour de moulin à poivre noir réveille le fruit.

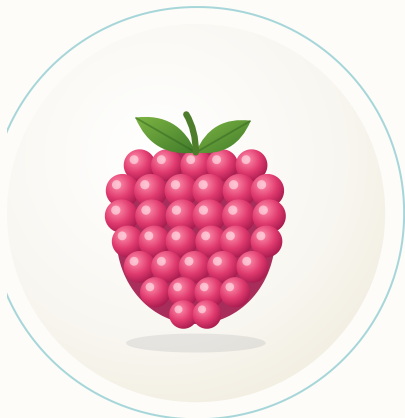
Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

301 g fraises mûres, lavées et équeutées **4 g** feuilles de basilic (environ 8)
25 g mascarpone bien froid **78 g** sucres en poudre **14 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **47 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 02 · FRAMBOISE

Sorbet à la framboise de juin

Avec un souffle d'eau de rose

BRIX 7,5 °Bx

SAISON juin – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

framboises fraîches	308 g
eau de rose alimentaire	5 g
sucres en poudre	80 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	62 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Ne passe pas les framboises sous le robinet : trie-les une à une et, si besoin, plonge-les rapidement dans un bol d'eau froide.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide et l'eau de rose alimentaire. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid. Passe au chinois fin pour retirer les pépins.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt avec quelques framboises fraîches.

La touche du chef

Quelques gouttes d'eau de rose rendent la framboise encore plus framboise. Main légère : un écho, pas un parfum.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

238 g framboises fraîches **5 g** eau de rose alimentaire **25 g** mascarpone bien froid
80 g sucres en poudre **14 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **107 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 03 · MYRTILLE

Sorbet aux myrtilles des montagnes

Avec une infusion de fleurs de lavande

BRIX 11,5 °Bx

SAISON juillet – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

myrtilles	249 g
fleurs de lavande séchées alimentaires	1 g
sucres en poudre	88 g
dextrose	4 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	127 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Rince les myrtilles et retire les petites tiges et feuilles.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les fleurs de lavande séchées alimentaires, couvre et laisse infuser 5 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid. Passe au chinois fin pour retirer les pépins.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La lavande infuse 5 minutes seulement : un parfum de champ, pas de savon. La myrtille devient plus profonde.

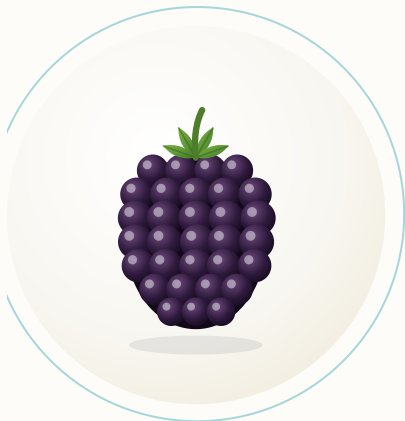
Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

201 g myrtilles **1 g** fleurs de lavande séchées alimentaires **25 g** mascarpone bien froid
86 g sucres en poudre **8 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **148 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 04 · MÛRE

Sorbet aux mûres des ronces

Avec des feuilles de laurier infusées

BRIX 6,5 °Bx

SAISON août – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

mûres bien mûres	312 g
feuilles de laurier fraîches (2)	1 g
sucres en poudre	78 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	64 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Rince délicatement les mûres et laisse-les égoutter sur du papier absorbant.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les feuilles de laurier fraîches, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid. Passe au chinois fin pour retirer les pépins.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le laurier, légèrement froissé et infusé, donne à la mûre une note balsamique de sous-bois après la pluie.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

226 g mûres bien mûres **1 g** feuilles de laurier fraîches (2) **25 g** mascarpone bien froid
82 g sucres en poudre **12 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **123 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 05 · GROSEILLE

Sorbet aux groseilles de juillet

Avec une gousse de vanille

BRIX 13 °Bx

SAISON juin – juillet

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

groseilles égrappées	212 g
une demi-gousse de vanille	2 g
sucres en poudre	78 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	163 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Égrappe les groseilles en faisant glisser les grappes entre les dents d'une fourchette.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute une demi-gousse de vanille, couvre et laisse infuser 15 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid. Passe au chinois fin pour retirer les pépins.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La groseille est acide et éclatante : la vanille, fendue, grattée et infusée dans l'eau chaude, l'arrondit sans l'éteindre.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

174 g groseilles égrappées **2 g** une demi-gousse de vanille **25 g** mascarpone bien froid
82 g sucres en poudre **12 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **174 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 06 · CASSIS

Sorbet au cassis des sous-bois

Avec de la menthe fraîche mixée au dernier moment

BRIX 12,5 °Bx

SAISON juillet

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

cassis égrappé	223 g
feuilles de menthe fraîche	3 g
sucres en poudre	74 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	155 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Égrappe le cassis et jette les rafles, elles sont amères.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide et les feuilles de menthe fraîche. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid. Passe au chinois fin pour retirer les pépins.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le cassis est intense et un peu sauvage : quelques feuilles de menthe mixées au dernier moment le rafraîchissent comme une brise.

Version sherbet

AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX

190 g cassis égrappé 3 g feuilles de menthe fraîche 25 g mascarpone bien froid
74 g sucres en poudre 14 g dextrose 1 g gomme de guar (E412) 163 g eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 07 · CERISE

Sorbet aux cerises de mai

Avec de la cardamome verte

BRIX 10 °Bx

SAISON mai – juillet

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

cerises dénoyautées	316 g
jus de citron	15 g
gousses de cardamome verte (3), écrasées	1 g
sucré en poudre	62 g
dextrose	10 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	65 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les cerises, équeute-les et dénoyaute-les (pèse le fruit après).
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les gousses de cardamome verte, écrasées, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La cardamome verte rappelle le noyau de la cerise et lui donne une profondeur presque amandée.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

269 g cerises dénoyautées **15 g** jus de citron

1 g gousses de cardamome verte (3), écrasées **25 g** mascarpone bien froid

66 g sucre en poudre **12 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **81 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 08 · ABRICOT

Sorbet à l'abricot des collines

Avec un brin de romarin

BRIX 7 °Bx

SAISON juin – juillet

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

abricots mûrs dénoyautés, avec la peau	292 g
un brin de romarin	2 g
sucres en poudre	80 g
dextrose	6 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	89 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Choisis des abricots tendres et parfumés ; lave-les, ouvre-les et retire le noyau. Garde la peau : elle donne la couleur.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute un brin de romarin, couvre et laisse infuser 5 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Cinq minutes de romarin dans l'eau chaude : une note résineuse qui rend l'abricot comme cueilli au soleil.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

226 g abricots mûrs dénoyautés, avec la peau **2 g** un brin de romarin
25 g mascarpone bien froid **84 g** sucres en poudre **8 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **124 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 09 · PÊCHE

Sorbet à la pêche jaune d'été

Avec de la verveine citronnée

BRIX 8 °Bx

SAISON juin – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

pêches jaunes mûres, pelées et dénoyautées	320 g
jus de citron	15 g
feuilles de verveine citronnelle	3 g
sucres en poudre	76 g
dextrose	6 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	49 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Incise une croix à la base des pêches, plonge-les 20 secondes dans l'eau bouillante puis dans l'eau froide : la peau s'enlève toute seule.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les feuilles de verveine citronnelle, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La verveine citronnelle sent le citron sans l'acidité : avec la pêche, c'est un après-midi au jardin.

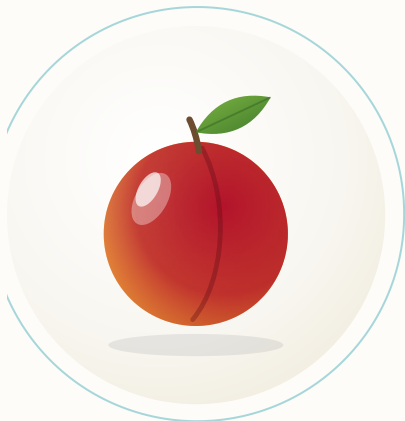
Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

256 g pêches jaunes mûres, pelées et dénoyautées **15 g** jus de citron
3 g feuilles de verveine citronnelle **25 g** mascarpone bien froid **78 g** sucres en poudre
8 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **84 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 10 · NECTARINE

Sorbet à la nectarine de l'aurore

Avec du thym citron

BRIX 9 °Bx

SAISON juin – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

nectarines mûres dénoyautées, avec la peau	340 g
jus de citron	15 g
brins de thym citron	2 g
sucres en poudre	68 g
dextrose	8 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	36 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les nectarines, coupe-les en quartiers et retire le noyau : la peau lisse se mixe très bien et colore le sorbet.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les brins de thym citron, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le thym citron apporte herbes et agrume à la fois : la nectarine reste juteuse mais gagne en élégance.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

266 g nectarines mûres dénoyautées, avec la peau **15 g** jus de citron **2 g** brins de thym citron
25 g mascarpone bien froid **72 g** sucres en poudre **12 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412)
77 g eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.

Ton sorbet signature

Un sorbet signature en tête ? Dans le BANC D'ESSAI de l'appli, le feu tricolore te dit s'il sera crémeux, et « Équilibrer pour moi » l'ajuste en une touche.

app.icedmethod.com





RECETTE 11 · MIRABELLE

Sorbet à la mirabelle de fin d'été

Avec une étoile de badiane

BRIX 13,5 °Bx

SAISON août – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

mirabelles mûres dénoyautées, avec la peau	285 g
une étoile de badiane	1 g
sucres en poudre	60 g
dextrose	14 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	109 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les mirabelles, ouvre-les en deux avec les doigts et retire le noyau. La peau fine, dorée et piquetée de rouge, apporte couleur et parfum : garde-la.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute une étoile de badiane, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La mirabelle est petite, dorée et douce comme le miel. Une seule étoile de badiane infusée prolonge son parfum sans le masquer : c'est le sorbet de fin d'été par excellence.

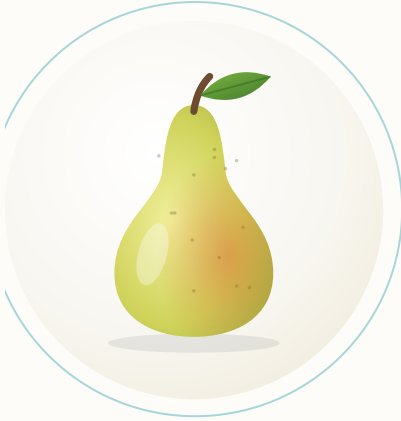
Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

200 g mirabelles mûres dénoyautées, avec la peau **1 g** une étoile de badiane
25 g mascarpone bien froid **78 g** sucres en poudre **3 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **162 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 12 · POIRE

Sorbet à la poire Williams de septembre

Avec du gingembre frais

BRIX 10 °Bx

SAISON août – décembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

poires Williams mûres, pelées et épépinées	336 g
jus de citron	15 g
gingembre frais râpé	5 g
sucres en poudre	60 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	41 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Pèle les poires, retire le cœur et mets-les aussitôt dans le jus de citron pour qu'elles ne noircissent pas.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute le gingembre frais râpé, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le gingembre frais, infusé puis filtré, laisse une chaleur nette qui fait ressortir le parfum de la Williams.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

299 g poires Williams mûres, pelées et épépinées **15 g** jus de citron
5 g gingembre frais râpé **25 g** mascarpone bien froid **60 g** sucres en poudre
12 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **53 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.



RECETTE 13 · POMME VERTE

Sorbet à la pomme verte croquante

Avec de l'estragon frais

BRIX 10,5 °Bx

SAISON septembre – mars (toute l'année en conservation)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C



INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

pommes Granny Smith avec la peau, sans le cœur	326 g
jus de citron	20 g
feuilles d'estragon frais	2 g
sucres en poudre	60 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	49 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les pommes, coupe-les en morceaux sans les peler et mets-les aussitôt dans le jus de citron : la peau donne le vert, le citron le protège.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide, le jus de citron et les feuilles d'estragon frais. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

L'estragon a une note anisée qui rend la pomme verte encore plus croquante. Mixe vite et congèle aussitôt : la couleur reste vive.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

294 g pommes Granny Smith avec la peau, sans le cœur **20 g** jus de citron
2 g feuilles d'estragon frais **45 g** fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid
60 g sucres en poudre **12 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **36 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 14 · PRUNE NOIRE

Sorbet à la prune noire et graines de pavot

Avec des graines de pavot torréfiées, ajoutées au MIX IN

BRIX 11 °Bx

SAISON juillet – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

prunes noires mûres dénoyautées, avec la peau	320 g
sucres en poudre	66 g
dextrose	10 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	73 g
Total	470 g
+ graines de pavot torréfiées, pour le MIX IN (2 cuillères à café)	6 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les prunes, ouvre-les et retire le noyau : la peau foncée donne une couleur violette intense. Fais torréfier les graines de pavot 2 à 3 minutes à sec dans une petite poêle, en remuant, jusqu'à ce qu'elles sentent bon ; laisse-les refroidir et réserve-les.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits et l'eau froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Avec une cuillère, creuse un puits au centre jusqu'au fond, verses-y les graines de pavot torréfiées et lance le programme MIX IN. Sinon, garde-les pour les parsemer en surface au service.
- 7 Sers aussitôt.

La touche du chef

Les graines de pavot torréfiées ont un goût de noisette et croquent sous la dent : un contraste parfait avec la peau acidulée et la chair sombre de la prune noire. Elles entrent avec le programme MIX IN en fin de préparation, pour rester croquantes ; sinon, parseme-les en surface au moment de servir.

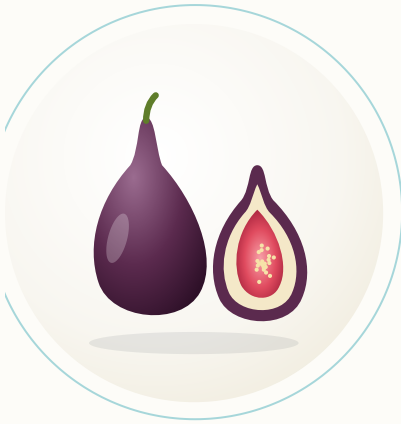
Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

315 g prunes noires mûres dénoyautées, avec la peau **25 g** mascarpone bien froid
66 g sucres en poudre **10 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **53 g** eau
6 g graines de pavot torréfiées, pour le MIX IN (2 cuillères à café)

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 15 · FIGUE

Sorbet à la figue méditerranéenne

Avec zeste d'orange, huile d'olive vierge extra et fleur de sel

BRIX 12,5 °Bx

SAISON juillet – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

figues mûres, sans la queue	287 g
jus de citron	15 g
zeste d'orange non traitée, râpé	2 g
sucres en poudre	70 g
dextrose	2 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	93 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Lave les figues, retire la queue et coupe-les en quatre avec la peau (si elle est fine).
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide, le jus de citron et le zeste d'orange non traitée, râpé. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt avec un filet d'huile d'olive et quelques cristaux de fleur de sel.

La touche du chef

Au service, un filet d'huile d'olive douce et deux cristaux de fleur de sel : la figue devient un dessert de restaurant.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

231 g figues mûres, sans la queue **15 g** jus de citron
2 g zeste d'orange non traitée, râpé **25 g** mascarpone bien froid
70 g sucres en poudre **8 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **118 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.



LE SIXIÈME MOIS

Ta machine ne doit pas finir au placard

Dans les communautés de ces machines — la Dolci et celles qui l'ont précédée —, il existe un problème dont on parle peu : après environ six mois, beaucoup se lassent de faire des glaces et des sorbets tous les jours, et la machine finit par prendre la poussière.

Chez ICED METHOD°, nous l'utilisons chaque jour, dans notre cuisine à la maison et dans celle de notre restaurant. Elle est devenue une compagne indispensable, et nous voulons partager cette expérience avec toi.

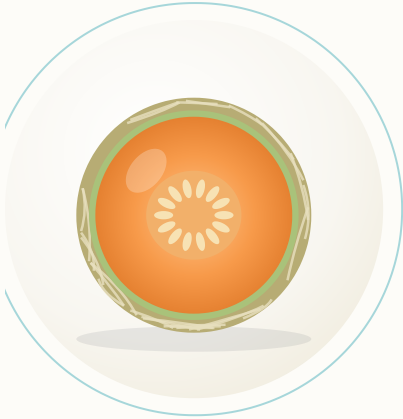
C'est pourquoi, au sixième mois, l'appli se débloque et devient une boîte à outils complète de méthodes de conservation et de préparation des aliments, à 360°.

Ta machine deviendra une compagne quotidienne de ta cuisine. Si tu le lui permets.

Ouvrir l'appli →

app.icedmethod.com





RECETTE 16 · MELON

Sorbet au melon du plein été

Avec des baies roses

BRIX 11 °Bx

SAISON juin – septembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

chair de melon charentais mûr	282 g
jus de citron	15 g
baies roses, écrasées	1 g
sucres en poudre	80 g
dextrose	10 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	81 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Coupe le melon, retire graines et filaments, puis l'écorce. Pèse uniquement la chair.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les baies roses, écrasées, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt avec quelques baies roses émietées.

La touche du chef

La baie rose est plus fleur qu'épice : avec le melon, elle devient un parfum frais, presque de rose.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

188 g chair de melon charentais mûr **15 g** jus de citron **1 g** baies roses, écrasées
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **88 g** sucres en poudre
6 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **126 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 17 · PASTÈQUE

Sorbet à la pastèque du 15 août

Avec du citron vert et une pointe de piment

BRIX 8 °Bx

SAISON juillet – août

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

chair de pastèque sans pépins	311 g
jus de citron vert	20 g
zeste de citron vert râpé	1 g
piment frais épépiné (un petit morceau)	1 g
sucres en poudre	78 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	46 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Retire l'écorce et les pépins de la pastèque et pèse la chair rouge.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide, le jus de citron vert, le zeste de citron vert râpé et le piment frais épépiné. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

La pastèque, c'est presque que de l'eau : le citron vert la réveille et un petit bout de piment épépiné laisse une chaleur légère qui appelle la cuillère suivante.

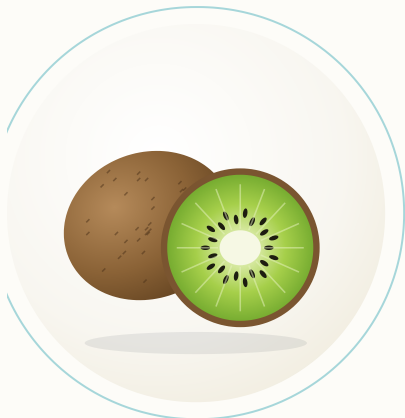
Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

268 g chair de pastèque sans pépins **20 g** jus de citron vert
1 g zeste de citron vert râpé **1 g** piment frais épépiné (un petit morceau)
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **78 g** sucres en poudre
14 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **42 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 18 · KIWI

Sorbet au kiwi émeraude

Avec du thé matcha

BRIX 10 °Bx

SAISON novembre – avril

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

kiwis mûrs pelés	307 g
thé matcha en poudre	2 g
sucres en poudre	66 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	82 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Pèle les kiwis à l'économe et coupe-les en morceaux.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose, le thé matcha en poudre et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits et l'eau froide. Mixe par à-coups, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

Mixe le kiwi par à-coups : si tu écrases les pépins, il devient amer. Le matcha, mélangé à sec avec le sucre et le guar, intensifie le vert et ajoute une note végétale élégante.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

236 g kiwis mûrs pelés **2 g** thé matcha en poudre
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **72 g** sucres en poudre
12 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **102 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 19 · ORANGE

Sorbet à l'orange de Sicile

Avec de l'eau de fleur d'oranger

BRIX 9 °Bx

SAISON décembre – avril

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS pour 1 bol (ligne MAX)

jus d'orange fraîchement pressé	341 g
zeste d'orange non traitée	2 g
eau de fleur d'oranger	5 g
sucres en poudre	70 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	39 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Râpe le zeste d'une orange non traitée, puis presse les oranges et filtre les pépins (la pulpe peut rester).
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) le jus, l'eau froide, le zeste d'orange non traitée et l'eau de fleur d'oranger. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

Une cuillère à café d'eau de fleur d'oranger : le parfum de la fleur rappelle celui du fruit, comme un verger d'agrumes au printemps.

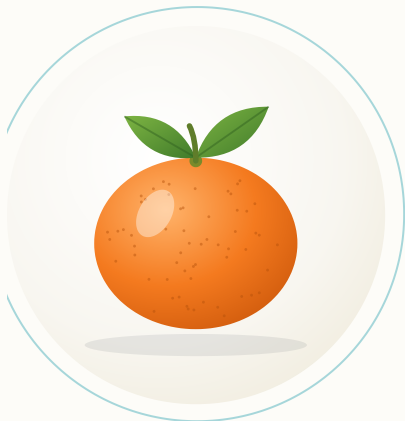
Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

294 g jus d'orange fraîchement pressé **2 g** zeste d'orange non traitée
5 g eau de fleur d'oranger **45 g** fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid
70 g sucres en poudre **14 g** dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **39 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 20 · MANDARINE

Sorbet à la mandarine de décembre

Avec des clous de girofle

BRIX 11 °Bx

SAISON novembre – février

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

jus de mandarine fraîchement pressé	310 g
clous de girofle (2)	1 g
zeste de mandarine râpé	2 g
sucres en poudre	70 g
dextrose	10 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	76 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Râpe le zeste de deux mandarines non traitées, puis presse-les et filtre les pépins.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les clous de girofle, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) le jus, l'infusion froide et le zeste de mandarine râpé. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Deux clous de girofle seulement en infusion : la mandarine prend un air de fête sans devenir un dessert épicé.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

293 g jus de mandarine fraîchement pressé **1 g** clous de girofle (2) **2 g** zeste de mandarine râpé
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **66 g** sucres en poudre **12 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **50 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.

Ton sorbet signature

Un sorbet signature en tête ? Dans le BANC D'ESSAI de l'appli, le feu tricolore te dit s'il sera crémeux, et « Équilibrer pour moi » l'ajuste en une touche.

app.icedmethod.com





RECETTE 21 · CITRON

Sorbet au citron de Calabre

Avec de la réglisse pure

BRIX 7 °Bx

SAISON toute l'année (meilleur de décembre à mai)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

jus de citron	143 g
zeste de citron non traité	3 g
poudre de réglisse pure	1 g
sucres en poudre	98 g
dextrose	18 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	206 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Râpe le zeste de deux citrons non traités (seulement la partie jaune), puis presse-les et filtre le jus.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose, la poudre de réglisse pure et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute le zeste de citron non traité, couvre et laisse infuser 15 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) le jus et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Citron et réglisse sont deux fiertés d'une même terre. Un gramme de réglisse pure, mélangé à sec avec le sucre, donne une note sombre et longue qui prolonge le citron en bouche.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

114 g jus de citron 3 g zeste de citron non traité 1 g poudre de réglisse pure
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid 92 g sucres en poudre
18 g dextrose 1 g gomme de guar (E412) 196 g eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 22 · PAMPLEMOUSSE ROSE

Sorbet au pamplemousse rose du couchant

Avec des fleurs d'hibiscus

BRIX 10,5 °Bx

SAISON novembre – avril

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

jus de pamplemousse rose fraîchement pressé	291 g
fleurs d'hibiscus séchées (bissap)	3 g
sucres en poudre	76 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	87 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Presse les pamplemousses et filtre les pépins ; garde un peu de pulpe.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les fleurs d'hibiscus séchées, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) le jus et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

L'hibiscus infusé teinte l'eau de rubis et ajoute une acidité fruitée qui adoucit l'amertume du pamplemousse.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

278 g jus de pamplemousse rose fraîchement pressé **3 g** fleurs d'hibiscus séchées (bissap)
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **72 g** sucres en poudre
14 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **57 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 23 · ANANAS

Sorbet à l'ananas des îles

Avec de la coriandre fraîche

BRIX 11,5 °Bx

SAISON toute l'année (importation)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

chair d'ananas mûr, sans le cœur	331 g
feuilles de coriandre fraîche	3 g
sucres en poudre	62 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	61 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Retire l'écorce et les « yeux » de l'ananas, enlève le cœur fibreux et coupe la chair en morceaux.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide et les feuilles de coriandre fraîche. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

La coriandre fraîche, mixée avec l'ananas, apporte une fraîcheur verte et citronnée. Si tu n'aimes pas, prends la même quantité de menthe.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

289 g chair d'ananas mûr, sans le cœur **3 g** feuilles de coriandre fraîche
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **64 g** sucres en poudre
12 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **56 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 24 · MANGUE

Sorbet à la mangue de la mousson

Avec du poivre de Timut

BRIX 16 °Bx

SAISON mai – septembre (importation)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

chair de mangue mûre	307 g
poivre de Timut (ou de Sichuan), écrasé	1 g
sucres en poudre	62 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	87 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Coupe la mangue de part et d'autre du noyau, quadrille la chair et détache-la de la peau à la cuillère.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute le poivre de Timut, écrasé, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le poivre de Timut a un goût de pamplemousse et laisse un léger fourmillement : avec la mangue, c'est le premier orage après la chaleur.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

226 g chair de mangue mûre **1 g** poivre de Timut (ou de Sichuan), écrasé
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **68 g** sucres en poudre
12 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **117 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 25 · BANANE

Sorbet à la banane du petit matin

Avec du café expresso et de la noix de muscade

BRIX 15,5 °Bx

SAISON toute l'année

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

bananes bien mûres (peau tigrée), pelées	266 g
jus de citron	15 g
café expresso froid (ou décaféiné)	40 g
noix de muscade râpée (une pincée)	1 g
sucres en poudre	56 g
dextrose	10 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	81 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Prépare un expresso et laisse-le refroidir. Pèle les bananes et mets-les aussitôt dans le jus de citron.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets les fruits, l'eau froide, le jus de citron, le café et la noix de muscade râpée. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

Banane et café, c'est un petit-déjeuner à la cuillère ; la muscade fait le lien. Pour les enfants, prends du décaféiné.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

195 g bananes bien mûres (peau tigrée), pelées **15 g** jus de citron
40 g café expresso froid (ou décaféiné) **1 g** noix de muscade râpée (une pincée)
25 g mascarpone bien froid **64 g** sucres en poudre **12 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **117 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 26 · KAKI

Sorbet au kaki d'automne

Avec un bâton de cannelle

BRIX 14 °Bx

SAISON octobre – décembre

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

chair de kakis très mûrs	231 g
jus de citron	15 g
un demi-bâton de cannelle	2 g
sucres en poudre	80 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	141 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Utilise des kakis très mûrs, presque gélatineux : coupe-les en deux et prélève la chair à la cuillère, sans peau ni pépins.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute un demi-bâton de cannelle, couvre et laisse infuser 15 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets les fruits, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le kaki a déjà la texture d'une crème : la cannelle infusée lui donne le parfum des soirs d'automne.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

220 g chair de kakis très mûrs **15 g** jus de citron **2 g** un demi-bâton de cannelle
25 g mascarpone bien froid **74 g** sucres en poudre **4 g** dextrose
1 g gomme de guar (E412) **129 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le mascarpone, bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : rond et velouté, il épouse la douceur du fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 27 · GRENADE

Sorbet à la grenade rubis

Avec de la mélisse fraîche

BRIX 13,5 °Bx

SAISON octobre – janvier

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

jus de grenade (grains pressés)	197 g
jus de citron	10 g
feuilles de mélisse fraîche	2 g
sucres en poudre	90 g
dextrose	2 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	168 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Égrène les grenades puis écrase les grains dans une passoire avec le dos d'une louche (ne les mixe pas : les pépins deviennent amers). Garde une cuillerée de grains pour servir.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les feuilles de mélisse fraîche, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) le jus, l'infusion froide et le jus de citron. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt avec quelques grains de grenade.

La touche du chef

La mélisse, douce et citronnée, infuse dans l'eau chaude : la grenade reste rubis et gagne en fraîcheur.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

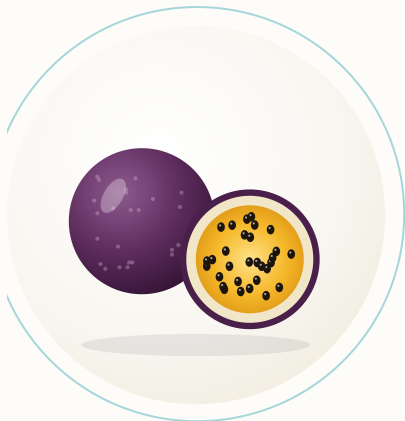
183 g jus de grenade (grains pressés) **10 g** jus de citron **2 g** feuilles de mélisse fraîche

45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **80 g** sucres en poudre

8 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **141 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 28 · FRUIT DE LA PASSION

Sorbet au fruit de la passion des tropiques

Avec des feuilles de combava

BRIX 17,5 °Bx

SAISON toute l'année (importation)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

pulpe de fruit de la passion filtrée (sans pépins)	194 g
feuilles de combava (2)	1 g
sucres en poudre	76 g
dextrose	12 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	186 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Coupe les fruits en deux, prélève pulpe et graines et passe-les au tamis en pressant bien. Il faut environ 12-15 fruits ; garde quelques graines pour décorer.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Chauffe l'eau dans une casserole jusqu'au frémissement (environ 85 °C), retire du feu, ajoute les feuilles de combava, couvre et laisse infuser 10 minutes, puis filtre.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Verse dans le bol du blender (ou dans un pichet haut, avec le mixeur plongeant) la pulpe et l'infusion froide. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

Les feuilles de combava infusées apportent un parfum d'Asie qui épouse l'acidité explosive du fruit de la passion.

Version sherbet

AU FROMAGE FRAIS CRÉMEUX

178 g pulpe de fruit de la passion filtrée (sans pépins) **1 g** feuilles de combava (2)
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **74 g** sucres en poudre
14 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **157 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 29 · RHUBARBE

Sorbet à la rhubarbe de printemps

Cuite avec du miel d'acacia et un zeste de citron

BRIX 3,5 °Bx

SAISON avril – juin

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

tiges de rhubarbe rouge, parées	314 g
miel d'acacia	30 g
zeste de citron non traité	2 g
sucres en poudre	74 g
dextrose	6 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	43 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Retire les feuilles (non comestibles) et les extrémités, lave les tiges et coupe-les en tronçons de 2 cm.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Porte l'eau avec le miel presque à ébullition dans une casserole, ajoute la rhubarbe et cuis à feu doux 8 à 10 minutes, jusqu'à ce qu'elle se défasse.
- 4 Laisse refroidir complètement (au réfrigérateur, ou casserole posée dans un bol d'eau glacée).
- 5 Dans le blender, mets la rhubarbe avec son liquide et le zeste de citron non traité. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 6 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 7 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 8 Sers aussitôt.

La touche du chef

La rhubarbe n'a presque pas de sucre : la cuire quelques minutes dans l'eau au miel d'acacia la rend rose, fondante et parfumée.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

262 g tiges de rhubarbe rouge, parées **30 g** miel d'acacia **2 g** zeste de citron non traité
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **62 g** sucres en poudre
12 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **56 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.





RECETTE 30 · CITRON VERT

Sorbet au citron vert, eau du jardin

Avec du concombre frais

BRIX 6,5 °Bx

SAISON toute l'année (importation)

DOLCI Programme SORBET · 24 h à -18 °C

INGRÉDIENTS

pour 1 bol (ligne MAX)

jus de citron vert	128 g
concombre pelé et épépiné	60 g
zeste de citron vert râpé	2 g
sucres en poudre	98 g
dextrose	18 g
gomme de guar (E412)	1 g
eau	163 g
Total	470 g

PRÉPARATION

- 1 Râpe le zeste de deux citrons verts, presse-les et filtre le jus. Pèle le concombre, épépine-le et coupe-le en morceaux.
- 2 Dans un bol, mélange à sec le sucre, le dextrose et la gomme de guar : ainsi le guar se disperse sans grumeaux.
- 3 Dans le blender, mets le concombre, l'eau froide, le jus de citron vert et le zeste de citron vert râpé. Mixe jusqu'à ce que ce soit lisse, puis, moteur en marche, verse en pluie le mélange sucres-guar et mixe encore 30 à 40 secondes : le guar épaissit à froid.
- 4 Verse dans le bol du Dolci sans dépasser la ligne MAX. Congèle 24 heures à -18 °C : sans couvercle seulement les premières heures, puis ferme.
- 5 Installe le bol et lance le programme SORBET. S'il n'est pas assez crémeux, fais un RE-SPIN (ajoute si besoin 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau).
- 6 Sers aussitôt.

La touche du chef

Le concombre mixé avec le citron vert, c'est de l'eau de jardin : un sorbet de fin de repas, ou un trou normand sans alcool.

Version sherbet

**AU FROMAGE
FRAIS CRÉMEUX**

103 g jus de citron vert **60 g** concombre pelé et épépiné **2 g** zeste de citron vert râpé
45 g fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid **92 g** sucres en poudre
18 g dextrose **1 g** gomme de guar (E412) **149 g** eau

Version sherbet : même méthode, seules les doses changent. Le fromage frais à tartiner (type Philadelphia), bien froid, se mixe avec les fruits avant d'ajouter le mélange sucres-guar, et ne se chauffe jamais : frais et légèrement acidulé, il réveille le fruit. Environ 2 % de matières grasses : plus crémeux, toujours léger. Contient du lait et du lactose.

Ton sorbet signature

Un sorbet signature en tête ? Dans le BANC D'ESSAI de l'appli, le feu tricolore te dit s'il sera crémeux, et « Équilibrer pour moi » l'ajuste en une touche.

app.icedmethod.com



TON SORBET SIGNATURE

Et TON sorbet à toi ?

Tu aimes les sorbets ? Tu as en tête un sorbet bien à toi, avec un fruit que tu adores et que tu ne trouves pas dans ce livre ?

Dans l'ICED METHOD APP, il y a le BANC D'ESSAI. Saisis ta recette, gramme par gramme.

Le feu tricolore te dit avant de congeler si elle sera crémeuse, trop dure ou glacée : aucun bol gâché, aucune attente de 24 heures pour rien.

Ensuite, touche « Équilibrer pour moi » et l'appli optimise la recette pour ta machine, en gardant le bac plein. Elle sort parfaite du premier coup.

1 Écris ta recette

2 Lis le feu tricolore

3 « Équilibrer pour moi »



Le feu tricolore : structure, douceur, onctuosité



« Équilibrer pour moi » : une touche et c'est réglé

Crée ton sorbet signature →

app.icedmethod.com

DOLCI · SORBET · RE-SPIN

Erreurs fréquentes et solutions sur la Dolci

Presque tous les problèmes ont une cause simple. Voici les plus fréquents avec les sorbets.

! Poudreux ou granuleux après le premier passage

→ Normal avec les sorbets très froids. Lance RE-SPIN ; si besoin, ajoute 1 cuillère à soupe de jus ou d'eau.

! Dur ou glacé

→ Fruits pas assez mûrs ou sucres pesés à l'œil. Fais un RE-SPIN ; la prochaine fois, prends des fruits mûrs et pèse au gramme.

! Trop mou, fond tout de suite

→ Fruits très sucrés ou trop de sucres. Remets le bol 30 minutes au congélateur puis RE-SPIN.

! Bosse en surface

→ Si elle est haute, passe le bol 30 secondes sous l'eau chaude et lisse à la cuillère avant le programme.

! Bol bloqué

→ Eau chaude du robinet sur l'extérieur pendant 30 à 60 secondes. Ne force jamais avec un couteau ou un outil.

! Préparation versée tiède

→ Laisse toujours refroidir avant le congélateur : la chaleur crée de gros cristaux.

! Au-dessus de la ligne MAX

→ La lame travaille mal. Respecte toujours la ligne MAX : les doses de ce livre sont calculées pour cela.

! Moins de 24 heures de congélation

→ Le cœur reste mou et le résultat irrégulier. Prévois un jour d'avance, à -18 °C.

Ton sorbet signature

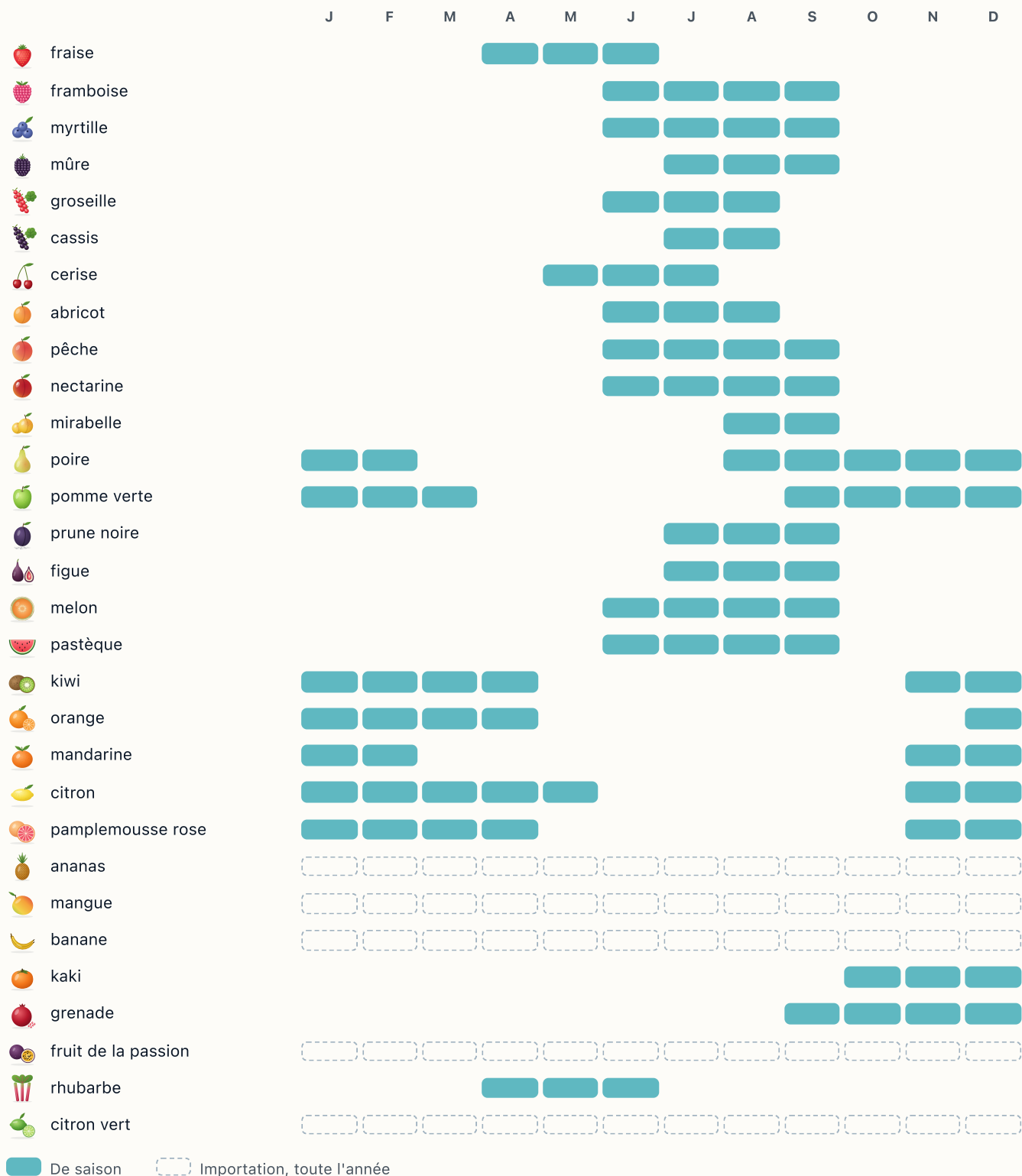
Un sorbet signature en tête ? Dans le BANC D'ESSAI de l'appli, le feu tricolore te dit s'il sera crémeux, et « Équilibrer pour moi » l'ajuste en une touche.

app.icedmethod.com

SAISON

Calendrier des fruits

Quand les fruits sont au meilleur sur les marchés français et européens. Hors saison, choisissez des fruits surgelés de qualité.



SOURCES ET MÉTHODE

Brix et sources des données

N°	FRUIT	CIQUAL 2020 (ANSES)	SUCRES	ACIDES	BRIX
01	fraise	cod. 13014 · <i>Strawberry, raw</i>	5,6 g	0,85 g	6,5
02	framboise	cod. 13015 · <i>Raspberry, raw</i>	5,4 g	1,9 g	7,5
03	myrtille	cod. 13028 · <i>Blueberry, raw</i>	9,96 g	1,37 g	11,5
04	mûre	cod. 13029 · <i>Blackberry, raw</i>	6,1 g	0,15 g	6,5
05	groseille	cod. 13019 · <i>Red currant, raw</i>	6,63 g	6,3 g	13
06	cassis	cod. 13007 · <i>Black currant, raw</i>	9,68 g	2,63 g	12,5
07	cerise	cod. 13008 · <i>Cherry, pitted, raw</i>	10 g	0,17 g	10
08	abricot	cod. 13000 · <i>Apricot, pitted, raw</i>	6,7 g	0,47 g	7
09	pêche	cod. 13195 · <i>Peach, yellow-flesh variety, pulp, raw</i>	7,6 g	0,18 g	8
10	nectarine	cod. 13148 · <i>Nectarine, yellow, flesh and skin, raw</i>	8,8 g	0,16 g	9
11	mirabelle	cod. 13027 · <i>Mirabelle plum, raw</i>	13,3 g	0 g	13,5
12	poire	cod. 13189 · <i>Pear, var. Williams, pulp, raw</i>	9,4 g	0,6 g	10
13	pomme verte	cod. 13121 · <i>Apple, var. Granny Smith, pulp, raw</i>	10,6 g	0,04 g	10,5
14	prune noire	cod. 13100 · <i>Plum, raw</i>	9,92 g	1,27 g	11
15	figue	cod. 13012 · <i>Fig, raw</i>	12,2 g	0,17 g	12,5
16	melon	cod. 13026 · <i>Melon, cantaloupe (ex Cavaillon or Charentais melon), pulp, raw</i>	10,6 g	0,23 g	11
17	pastèque	cod. 13036 · <i>Watermelon, pulp, raw</i>	7,9 g	0,02 g	8
18	kiwi	cod. 13021 · <i>Kiwi fruit, pulp and seeds, raw</i>	8,9 g	1,05 g	10
19	orange	cod. 2013 · <i>Orange juice, home-made</i>	8,4 g	0,8 g	9
20	mandarine	cod. 2034 · <i>Mandarin or clementine juice, pure juice</i>	10 g	0,8 g	11
21	citron	cod. 2007 · <i>Lemon juice, home-made</i>	2,06 g	4,8 g	7
22	pamplemousse rose	cod. 2025 · <i>Grapefruit juice, home-made</i>	9,1 g	1,36 g	10,5
23	ananas	cod. 13002 · <i>Pineapple, pulp, raw</i>	10,5 g	0,78 g	11,5
24	mangue	cod. 13025 · <i>Mango, pulp, raw</i>	12,9 g	3,13 g	16
25	banane	cod. 13005 · <i>Banana, pulp, raw</i>	15,6 g	0,13 g	15,5
26	kaki	cod. 13066 · <i>Persimmon, pulp, raw</i>	13,9 g	0,03 g	14
27	grenade	cod. 2017 · <i>Pomegranate juice, pure juice</i>	12,7 g	1 g	13,5
28	fruit de la passion	cod. 2024 · <i>Passion fruit juice, fresh</i>	14,3 g	3 g	17,5
29	rhubarbe	cod. 13047 · <i>Rhubarb, stalk, raw</i>	1,47 g	1,9 g	3,5
30	citron vert	cod. 2030 · <i>Lime juice, home-made</i>	1,69 g	5 g	6,5

Valeurs pour 100 g de pulpe (ou de jus pour les agrumes et la grenade). Brix estimé = sucres + acides organiques : valeurs indicatives (±2).

L'équilibrage suit la méthode de l'extrait sec (Brix de la pulpe → pourcentage de fruit → extrait sec total 28–31 %) décrite dans la littérature professionnelle sur le sorbet (J.-M. Ponthier, « Sorbets Premium », cité uniquement comme source de la méthode). Valeurs Brix et sucres : table Ciqua 2020 (ANSES), valeurs indicatives. Chaque recette est vérifiée avec le moteur de calcul ICED METHOD°. Textes et recettes originaux d'ICED METHOD°.

La suite dans l'appli

Tu as fait le premier pas. Les autres recettes, les grammes pour ton bol et le feu tricolore avant de congeler t'attendent dans l'ICED METHOD APP.

APPLI

app.icedmethod.com

SITE

www.icedmethod.com

COMMUNAUTÉ

facebook.com/groups/icedmethod

TIKTOK

[@icedmethod](https://tiktok.com/@icedmethod)

À SAVOIR

- Moulinex, Tefal et Dolci sont des marques du Groupe SEB ; Ninja et CREAMi de SharkNinja ; Sencor de son titulaire ; Pacojet de Pacojet AG. Elles sont citées à titre descriptif uniquement : ICED METHOD° n'est ni affilié ni sponsorisé par ces marques.
- Suis toujours le mode d'emploi de ta machine : capacité, ligne MAX, programmes et consignes de sécurité priment sur ces indications.
- Allergènes, ingrédient par ingrédient. Lait et lactose : toutes les versions sherbet (mascarpone ou fromage frais à tartiner) ; les sorbets de base ne contiennent pas de lait. Graines de pavot (prune noire) : elles ne font pas partie des 14 allergènes majeurs de l'UE mais peuvent provoquer des réactions chez certaines personnes, parfois croisées avec les fruits à coque et le sésame ; ne pas en donner en grande quantité aux jeunes enfants. Aucune recette ne contient de fruits à coque, d'arachides, de gluten, d'œufs, de soja, de sésame, de céleri, de moutarde, de poisson ni de lupin ; la noix de muscade (banane) est une épice, pas un fruit à coque. Attention si tu es sensible à : kiwi (allergène fréquent), baies roses (melon ; parentes de la noix de cajou et de la pistache, à éviter en cas d'allergie à celles-ci), coriandre (ananas ; famille du céleri), gomme de guar (issue d'une légumineuse). Le miel (rhubarbe) ne convient pas aux enfants de moins d'un an. Vérifie toujours les étiquettes de chaque produit.
- Ingrédients particuliers dans les touches du chef : le matcha (kiwi) et le café (banane) contiennent de la caféine ; pour les enfants, utilise une version décaféinée ou omets-les. La réglisse (citron) est à éviter en cas d'hypertension et pendant la grossesse ; le piment (pastèque) est facultatif.
- Hygiène et sécurité alimentaire : ce livre est fait pour la cuisine de la maison. Les règles du chef (page 5) reprennent les bonnes pratiques de la restauration : lave bien fruits et herbes, garde le mascarpone et le fromage frais au réfrigérateur et utilise-les avant leur date limite, congèle la préparation juste après l'avoir faite et ne recongèle jamais un sorbet décongelé. Pour les jeunes enfants, les femmes enceintes, les personnes âgées et les personnes fragiles, les précautions sont celles des fruits frais : des fruits très frais et sains, bien lavés, et une hygiène irréprochable. Ce sont des conseils : ils ne remplacent ni les règles d'hygiène, ni le mode d'emploi de la machine, ni le bon sens ; chez toi, c'est ton autocontrôle qui s'applique.
- Les fruits ne sont jamais identiques : leur teneur en sucres (degré Brix) et en pectine change selon la variété, la maturité et la saison. Les recettes reposent sur des données standard (table Ciquel de l'ANSES) ; le résultat peut donc varier, tout comme selon la température réelle de ton congélateur. Dans l'ICED METHOD APP, le BANC D'ESSAI t'aide à adapter la recette à tes fruits avant de congeler.
- Ce livre est gratuit et ne peut pas être vendu. © 2026 ICED METHOD° — tous droits réservés.

Bons sorbets !

