

Canapé de poires au roquefort

Ingrédients



Pour 4 personnes

- 2 poires fermes
- 50g de roquefort
- 100g de fromage blanc
- 4 tranches de pain grillé
- mâche et cerneaux de noix

Préparation



1. Eplucher les poires et ôter le cœur.
2. Les trancher en lamelles assez fines
3. Mixer le fromage de Roquefort avec le fromage blanc poivré.
4. Tartiner légèrement le pain avec la sauce
5. Disposer sur chaque tranche de pain les lamelles de poires.
6. Parsemer de noix et de raisins
7. Servir avec une salade de mâche et la sauce à part.

Temps de
préparation :

5 min

Temps
de cuisson :

0 min

Idée menu

*Idéal pour une
entrée rapide !*



Astuce

*N'hésitez pas à penser
aux fruits en conserve
ou surgelés !*

Flan aux poires

Ingrédients



Pour 4 personnes

- 3 poires
- 30g de sucre
- 4 œufs
- 20 cl de crème liquide

Préparation



1. Eplucher et couper les poires en gros morceaux.
2. Faire chauffer $\frac{1}{2}$ litre d'eau et 30g de sucre dans une casserole et ajouter les morceaux de poires. Faire cuire 5 minutes.
3. Battre 4 œuf, ajouter 1 verre de jus de cuisson des poires et la crème.
4. Egoutter les poires. Mettre le mélange œufs et crème dans le mixeur, ajouter la moitié des poires cuites et mixer.
5. Beurrer les ramequins et remplir au $\frac{3}{4}$ du mélange œufs, crème, poires.
6. Répartir ensuite les morceaux de poire restant dans chaque ramequin et les placer ensuite dans un plat avec un peu d'eau.
7. Enfourner le plat à 200°C et cuire au bain-marie 10 minutes.
8. A déguster tiède

Temps de
préparation :
20 min

Temps
de cuisson :
15 min

Idée menu

*Parmentier de
poisson
Flan aux poires*

Astuce

*N'hésitez pas à penser
aux fruits en conserve
ou surgelés !*

Pommes Hérisson

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 pommes
- 150g de sucre
- ½ citron
- amandes effilées
- gelée de framboise ou de groseille
- raisins secs ou bonbons

Préparation

1. Laver et peler 4 pommes et les couper en deux.
2. Faire bouillir 15 minutes dans ½ litre d'eau additionnée de 150g de sucre et le jus d'1/2 citron.
3. Faire dorer des amandes effilées
4. Piquer les amandes dans la pomme
5. Diluer de la gelée de framboise ou de groseille dans un peu d'eau de cuisson et en arroser les pommes.
6. Décorer en ajoutant un nez et des yeux à l'aide de raisins secs ou de bonbons.

Temps de
préparation :
20 min

Temps
de cuisson :
15 min

Idée menu

*Idéal pour un
goûter
d'anniversaire !*

Astuce

*N'hésitez pas à penser
aux fruits en conserve
ou surgelés !*

Pommes caramélisées

Ingrédients



Pour 4 personnes

- 1 noix de beurre
- 100g de raisins secs
- 3 pommes
- 3 cuillères à soupe de miel liquide

Préparation



1. Laver, éplucher et couper les pommes en fines lamelles.
2. Faire fondre le beurre dans une poêle et faire dorer les lamelles de pomme sur une face 3 minutes.
3. Répartir ensuite le miel sur les pommes et retourner délicatement
4. Ajouter les raisins secs et laisser dorer encore 2 minutes.
5. Dès la fin de cuisson disposer les lamelles de pomme dans chacune des assiettes, disposer au centre les raisins caramélisés et arroser avec le sirop de cuisson.

Temps de
préparation :
7 min

Temps
de cuisson :
5 min

Idée menu

*Idéal pour un
dessert gourmand
et rapide !*

Astuce

*N'hésitez pas à penser
aux fruits en conserve
ou surgelés !*

Pomme d'amour

Ingrédients

Pour 1 personne

- . 1 pomme type Golden
- . 50g de sucre (roux de préférence)
- . 15g de beurre
- . 1 cuillère à café d'eau
- . 1 pique en bois
- . Jus de un citron

Préparation

1. Laver la pomme, retirer la queue et mettre à la place un pique en bois.
2. Dans une casserole, verser le sucre, l'eau, le jus de citron et le beurre coupé en petits morceaux.
3. Mélanger avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le sirop commence à dorer.
4. Puis retirer la casserole du feu en faisant bien attention aux éclaboussures.
5. Tremper la pomme dans le caramel pour qu'il recouvre complètement le fruit.
6. Plonger la pomme d'amour dans un saladier d'eau bien froide pour faire durcir le caramel.
7. Faire reposer la pomme avec le pique en l'air sur du papier sulfurisé.

Temps de
préparation :

5 min

Temps
de cuisson :

10 min

Idée menu

*Un dessert
gourmand et
rapide !*

Astuce

*Ajoute du colorant
alimentaire rouge au
sirop pour colorer ta
pomme !*