

Compotée de poires et framboises



Traditionnel



Plat annuel



Économique



20 minutes



5 minutes



Facile

INGREDIENTS

2 pommes boskoop
2 poires conférence
250 gr de framboises
100 gr de sucre

1 citron
2 c à s de gelée de groseille
1 c à c de cannelle

MATERIEL NECESSAIRE

2 papillotes en silicone 1 presse purée 1 presse agrume

PREPARATION ET REALISATION

- 1- Eplucher les pommes et les poires. Les vider.
- 2- Détailler les pommes et les poires en quartiers, puis les répartir dans les papillotes en intercalant les pommes et les poires.
- 3- Presser le citron et verser le jus sur les fruits.
- 4- Disposer les framboises dans les papillotes.
- 5- Saupoudrer de sucre, puis répartir la gelée de groseille. Saupoudrer d'un peu de cannelle.
- 6- Cuire au four micro ondes 5 min et laisser reposer 5 min puis écraser au presse purée et servir tiède ou froid.

CONSEILS ET ASTUCES

Accompagner d'un sorbet aux fruits rouges.

Alice Délice

