BIO A PRO
L'ÉTHIQUE DANS L'ASSIETTE
PRODUCTEURS BIO ET PROXIMITÉ

POMME AU FOUR

Pour 10 personnes.

INGREDIENTS :

- 10 pommes
- 0.36kg de sucre en poudre
- 0.08kg de beurre demi-sel
- 0.6L de crème fraiche liquide entière
- (1 pincée de fleur de sel)

1. Les Pommes

Equeutez et évidez les pommes. Préchauffez votre four à 180°C.

Placer les dans un bac gastro, le mieux étant de les disposer dans des cercles métalliques pour qu'elles se maintiennent à la cuisson. (Suivant les variétés de pommes certaines peuvent plus ou moins bien se tenir).

2. Préparation de la sauce caramel

Dans votre casserole et à feu vif, versez le sucre semoule. Un mélange caramélisé va alors se former, remuez bien pour obtenir un caramel bien homogène.

Ajoutez progressivement la crème en remuant bien. Vous pouvez ajouter la fleur de sel à ce moment-là.

Quand la texture est bien homogène, transvasez le caramel dans un saladier et ajoutez le beurre que vous aurez au préalable coupé en morceaux. L'ajout du beurre doit se faire morceau par morceau tout en remuant bien le mélange.

Quand la sauce caramel est bien homogène, réservez en une partie.

Versez dans chaque pomme (évidée) 2 ou 3 cuillères à soupe de sauce caramel.

Enfournez les pommes au bout de 20mn surveillez la cuisson des pommes si elles sont cuites retirez les sinon laissez les 10mn de plus.