

# POIRES RÔTIES AU CUMIN, CRÈME COCO-CARDAMOME, CRUNCHY NOISETTE

4 belles poires conférence

1 càc rase de graines de cumin

5 CàS de jus de pomme

Crème montée coco :

1 boîte de 40cl de crème de coco

froide (la garder 1 nuit au frigo)

Qlq graines de cardamome moulues

2 càc de sucre

Crunchy noisette

50g de noisettes concassées et  
torréfiées

20 g de beurre salé

5 CàS de flocons d'avoine

½ càc de graines de fenouil

3càS de muscovado

1 dizaine de baies rose.



Préchauffer le four à 180°C.

Laver les poires, ne pas les éplucher. Couper-les dans le sens de la hauteur en gardant la queue si possible et enlever le trognon.

Mélanger 5 CàS de jus de pomme et 1càc rase de graines de cumin (sommairement mixées), masser les poires de ce mélange et disposer-les dans un plat, les cuire au four durant 20-30 min (vérifier la cuisson avec un couteau). Les retourner en fin de cuisson afin qu'elles absorbent encore du jus.

Ouvrir la boîte de coco et prélever la partie solide du lait de coco. Monter la crème avec un fouet électrique y rajouter la cardamome moule.

A part, mélanger les noisettes concassées, le sucre, les flocons d'avoine, les graines de fenouil, le beurre salé et les baies roses. Etalez sur une plaque allant au four et cuire 15 min à 180°C.

Disposer sur les assiettes : la ½ poire, la crème fouettée et le crunchy noisette ! Régaler-vous !