



Plats d'accompagnement

Poires et pommes farcies

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 pommes
4 poires
150 grammes de cubes de potiron SPAR
1 pomme-grenade (pépins)
40 grammes de raisins
2 cuillères à soupe de miel
1 cuillère à soupe de cannelle
70 grammes de mix de noix (hachées)

Méthode de préparation

Préchauffez le four à 180°C. Cuisez les dés de potiron 5 minutes dans de l'eau légèrement salée.

Coupez le dessus des pommes et des poires. Évidez-les avec une cuillère à café ou une portionneuse à melon mais restez à environ ½ cm de la peau. Enlevez le trognon et coupez la chair finement.

Mettez le fruit dans un plat et ajoutez les dés de potiron, les raisins secs, les noix, les pépins de grenade, le miel et la cannelle. Mélangez bien le tout.

Répartissez la farce dans les pommes et les poires. Disposez celles-ci dans un plat à four et enfournez 25 minutes.

Conseil: Ces délicatesses farcies sont excellentes avec un morceau de gibier ou un rôti d'agneau.

Ustensiles de cuisine

Four

