

Pommes pochées aux baies de genièvre, biscuit à l'amande et chantilly

Nous avons choisi la pomme, vous pouvez aussi prendre des poires

Recette de Marion Gavelle, Maîtresse
de Maison chez les Petites Cantines



Ingrédients (pour 6 personnes)

Pour la chantilly

1l de crème 35%

100g de sucre blanc

Pour les pommes

6 pommes

1l d'eau

175g de sucre blanc

175g de sucre de canne
non raffiné

Quelques baies de
genièvre

Pour le biscuit aux amandes

250 g de poudre
d'amande

200 g de farine

250g de beurre

6g sel

100g de sucre blanc

100g de sucre de canne
non raffiné

Mise en oeuvre

Préparation des pommes :

Mélanger l'eau, le sucre et les baies. Porter le mélange à ébullition.

Eplucher les pommes en quartier et les couper en morceaux.

Porter à ébullition l'eau avec le sucre. Quand l'ébullition démarre, ajouter les pommes pelées et coupées en morceaux. L'ébullition s'arrêtera un instant.

Dès que l'ébullition reprend, éteindre le feu et couvrir jusqu'au complet refroidissement. Réservez au frigo.

Pour la chantilly :

Monter la crème au batteur avec le sucre. Réserver au frais.

Pour le biscuit aux amandes :

Mélanger tous les produits secs ensemble dans un saladier. Ajouter ensuite le beurre.

Réserver 1h au frigo.


Prendre une plaque de cuisson, la recouvrir d'un papier sulfurisé. Former des boules avec la pâte. Bien les espacer sur la plaque et les écraser légèrement avec la paume de la main. Placer au four à 165 degrés 15 min environ.



Les apports nutritionnels de la pomme

La pomme est l'un des fruits les plus consommés en France car on la trouve tout au long de l'année. Elle se mange aussi bien crue que cuite et entre dans la préparation de plats sucrés comme salés. La pomme présente de nombreux bienfaits pour le corps humain. Elle est une source de vitamine C, d'antioxydants et elle stimule le système immunitaire.

Pour profiter de ces bienfaits, il est préférable de manger le fruit avec sa pelure. En effet, le pouvoir antioxydant de la pelure de la pomme est de 2 à 6 fois plus élevé que celui de la chair.



Régalez-vous !