



Poire en robe de chocolat, tuiles aux amandes et oranges

Panier pour 4 personnes

600 g de poires (4 pièces)
30 g de cacao dégraissé en poudre
1 jaune d'œuf 4 cl de Porto rouge
100 ml de lait écrémé
1 c. à soupe de crème fraîche allégée à 15%
3 c. à soupe d'édulcorant spécial cuisson

Pour une trentaine de tuiles

100 g de sucre roux
100 g de sucre blanc
100 g de beurre
100 g de jus d'orange
80 g de farine
60 g d'amandes effilées

Recette

Préchauffer votre four à 180°C en ayant pris soin de retirer au préalable la plaque de cuisson.

Préparer les tuiles. Mélanger les sucres (blanc et roux) avec le jus d'orange et le beurre fondu. Ajouter la farine et les amandes effilées. Mélanger tous les ingrédients.

Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé la plaque de cuisson du four. Déposer dessus, de façon bien espacée, des petits tas de pâte. Etaler délicatement en rond chaque tas avec le dos d'une cuillère pour obtenir des couches très fines.

Enfourner quatre à cinq minutes environ (à surveiller en fonction de la puissance de votre four). Les bords doivent être dorés.

Décoller les tuiles à l'aide d'une spatule et laisser refroidir.

Couper et épépiner les poires. Faire bouillir un litre d'eau avec deux cuillères à soupe d'édulcorant spécial cuisson. Plonger les poires et faire cuire à feu doux pendant dix minutes environ (jusqu'à ce que les poires soient tendres).

Pour la sauce au chocolat, faire chauffer à feu doux le lait, le cacao et la cuillère restante d'édulcorant. Laisser cuire sans bouillir jusqu'à ce que la sauce ait une épaisseur de crème anglaise. A ce moment-là, retirer la crème du feu. Incorporer à la sauce chocolat la crème fraîche allégée et le jaune d'œuf.

Dressage

Egoutter les poires et les disposer dans quatre ravières. Napper les morceaux de poires avec la sauce au chocolat et disposer les tuiles de façon aérienne.

Bien-être Thalazur

La sauce chocolat est allégée. On peut supprimer les tuiles.

