

Pommes au miel

Ingrédients :

| | Cocotte de base 6 pers. | Cocotte de base 8 pers. | Grande cocotte 10 pers. |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Pommes selon la grosseur | 6 | 8 | 10 |
| Miel liquide | 3 c. à s. | 4 c. à s. | 5 c. à s. |
| Orange(s) | 1 | 1,5 | 2 |
| Citron | 1/2 | 1 | 1 |
| Eau au fond de la cocotte | 3 c. à s. | 4 c. à s. | 6 c. à s. |

Préparation :

- 1 - Lavez et essuyez les pommes.
- 2 - Coupez un petit chapeau dans la partie supérieure des pommes et réservez-les.
- 3 - Évidez le cœur des pommes à l'aide d'une petite cuillère en prenant soin de ne pas percer la peau.
- 4 - Dans la cocotte, délayez le miel avec les jus d'orange et de citron.
- 5 - Disposez les pommes, versez un peu de miel à l'intérieur et recoiffez-les de leur chapeau.
- 6 - Versez **les c. à s. d'eau au fond de la cocotte**.
- 7 - Fermez la cocotte et mettez en cuisson.

Temps de cuisson :

| | | | |
|-------------------|--------------|--------------|--------------|
| | 30 mn | 35 mn | 45 mn |
| Inversion* | 15 mn | 15 mn | 25 mn |
| HAUT : | Maxi | Maxi | Maxi |
| BAS : | Maxi | Maxi | Maxi |

*inversez la cocotte en cours de cuisson : voir p.7

Conseils / Notes :

- Pour les gourmands, supprimez les jus d'orange et de citron, remplacez par environ 40 g de beurre en noisette et 3 à 4 c. à s. de miel liquide. Disposez une petite noisette de beurre ainsi qu'un peu de miel à l'intérieur des pommes. Délicieux !
 - Vous pouvez également placer vos pommes dans le fond de la cocotte sans rien ajouter.
-
-
-
-