

Poires pochées et crumble de sarrasin

Atelier culinaire du 07 mars 2026 animé par **Gabrielle Fourny**



X 4



mn



mn



Ingrédients

- 4 **poires**
- 150 gr de **sucre raffiné en poudre**
- 50 gr de **farine de sarrasin**
- 25 gr de **cassonade**
- 33 gr de **beurre**
- 5 gr (1 poignée) de **fleurs d'hibiscus séchées**
- 3 **gousses de cardamome**
- ½ c à c de **cannelle**
- ½ l d'**eau**

Préparation

1. Mélanger l'eau, l'hibiscus, la cardamome et le sucre raffiné dans une casserole
2. Porter à ébullition puis éteindre le feu, couvrir et laisser infuser 10 mn
3. Filtrer le sirop pour retirer les fleurs et les gousses
4. Éplucher les poires et les évider par la base à l'aide d'un vide-pomme
5. Plonger les dans le sirop frémissant
6. Couvrir avec un disque de papier cuisson pour maintenir les poires immergées
7. Faire cuire les poires environ 12 mn jusqu'à ce que la pointe d'un couteau s'enfonce sans résistance
8. Égoutter sur un papier absorbant
9. Préchauffer le four à 180°C
10. Mélanger dans un bol la farine de sarrasin, la cassonade et la cannelle
11. Ajouter le beurre coupé en petits dés et sabler la pâte du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture de sable humide
12. Répartir sur la plaque du four recouverte de papier cuisson et faire cuire 18 mn

Observations