

Poires pochées à la Tisane - Coucou les enfants, yaourt & granola

tisane Coucou les enfants transforme des poires simples en un dessert doux et coloré. Pocher des quartiers de poire dans une infusion parfumée aux notes de pomme, fraise, cannelle et hibiscus révèle une chair fondante et un sirop délicatement rosé. Accompagnées d'un yaourt nature et d'un granola croustillant, les poires apportent une texture moelleuse qui contraste avec le crémeux du yaourt et le croquant du granola. Cette recette familiale se prépare en moins d'une heure et convient aussi bien pour un goûter gourmand qu'un dessert léger après un repas. Lancez-vous : l'odeur sucrée et épicée qui se répand pendant la cuisson donne tout de suite envie de goûter.

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
15 min

C
CUISSON
20 min

D
DIFFICULTÉ
Facile

Ingrédients

- 4 poires fermes (Conférence ou Williams), pelées, évidées et coupées en quartiers
- 500 ml d'eau
- 6 g de Tisane - Coucou les enfants (environ 1 cuillère à soupe bombée)
- 50 g de sucre en poudre (ou 40 g de sirop d'érable pour une version plus douce)
- 1 zeste de citron (ou 1 c. à soupe de jus de citron)
- 1 gousse de vanille fendue (optionnelle)
- 4 yaourts nature (végétal ou classique)
- 120 g de granola (maison ou acheté)
- quelques fraises fraîches ou copeaux de noix de coco pour servir (optionnel)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Tisane - Coucou les enfants



Scanner pour voir le produit

Préparation

Chauffez l'eau jusqu'à frémissement ($\approx 95^{\circ}\text{C}$). Placez 6 g de Tisane - Coucou les enfants dans une théière ou un bol résistant.

Versez l'eau chaude sur la tisane, couvrez et laissez infuser 8 à 10 minutes pour obtenir une infusion parfumée et colorée.

Filtrez l'infusion dans une casserole à travers une passoire fine. Ajoutez le sucre, le zeste de citron et la gousse de vanille fendue si utilisée.

Portez doucement à ébullition pour dissoudre le sucre, puis réduisez le feu pour obtenir un léger frémissement.

Plongez les quartiers de poire dans le liquide frémissant. Couvrez partiellement et laissez pocher 12 à 15 minutes, selon la fermeté des poires, jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais se tiennent encore.

Retirez délicatement les poires à l'écumoire et réservez au chaud ou laissez refroidir au réfrigérateur pour une version froide.

Portez le liquide de cuisson à feu vif quelques minutes pour le réduire et obtenir un sirop nappant. Goûtez et rectifiez la longueur en sucre si nécessaire.

Répartissez les yaourts dans 4 bols, placez 1 poire pochée par bol, arrosez d'un peu de sirop et saupoudrez généreusement de granola. Ajoutez fraises fraîches ou noix de coco si désiré.

Le conseil des Épices Curieuses

Servez les poires tièdes pour un contraste chaud/froid avec le yaourt, ou bien froid avec du granola croquant. Pour un nappage brillant, réduisez le sirop jusqu'à une consistance sirupeuse. Récupérez les fruits infusés (morceaux de pomme/fraise) pour mélanger au yaourt ou au porridge.

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com



La recette en ligne



Le produit