

FICHE DE RECETTE

Crumble pauvre en sucre Damien Poncelet du Zelf.cooking

Les desserts, collations et en-cas maison sains et gourmands

Type de recette	Dessert
Nombre de portions	10
Temps de préparation	10
Temps de cuisson	25
Temps de refroidissement	20
Coût matières total (HT) :	4,60 €
Coefficient multiplicateur :	10
Prix / Portion (HT) :	0,4600 €

INGREDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ	PUHT	PTHT
Flocons d'avoine	g	100		
Sucre	g	100		
Beurre	g	100		
Farine	g	100		
sel	g	4		
Fruits (pomme, rhubarbe, abricots, prune...)	kg	1		
TOTAL				

DESCRIPTION DE LA RECETTE

Instructions :

Réaliser une compote de fruits de saison avec ou sans sucre. Disposer cette compote dans un plat à gratin de 5 à 8 cm de haut ou en ramequin.

Mélanger le reste des ingrédients sans chercher à avoir une pâte homogène. Disposer des copeaux de cet appareil sur la compote.

Enfourner dans un four à 170°C pendant 25 minutes.

Servir froid.

Remarques

Allégé en sucre et beurre.

S'adapte aux saisons

