

CRUMBLE DE POMMES AUX NOIX DE PÉCAN & QUINOA



15 min



4 pers



52 min



Bon marché



Facile

Ingédients

50 g de mélange quinoa & boulgour Vivien Paille
6 pommes
50 g de noix de pécan
100 g de farine
90 g de beurre
60 g de sucre
Sel

Végétarien



Préparation

Mettez le mélange quinoa & boulgour à cuire dans de l'eau bouillante très légèrement salée pendant 12 minutes, à couvert et sur feu moyen. Egouttez et laissez refroidir.
Pelez les pommes et coupez-les en morceaux. Faites-les revenir dans 30 g de beurre pendant 10 minutes et saupoudrez-les de 2 cuillères à soupe de sucre en cours de cuisson.

Répartissez-les dans 4 plats individuels et préchauffez le four à 180°C (thermostat 6).

Préparez la pâte à crumble : incorporez au mélange quinoa & boulgour le sucre restant, la farine et le beurre froid coupé en dés.

Répartissez sur les pommes et enfournez pour 30 minutes de cuisson.