

Crumble poire/ pomme / framboise

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :25 min

Calories par portion : 214 Kcal

Charge glycémique par portion: 11.71

Les ingrédients

- 2.0 u Poire
- 1.0 u Pomme
- 50.0 u Framboise
- 25.0 gr Flocons d'avoine
- 25.0 gr Sucre roux
- 25.0 gr Beurre
- 25.0 gr Amande en poudre

Un dessert pour les amoureux des saveurs acidulées.

Faire préchauffer le four 10 min à 180°C

Préparation des fruits

Dans un plat allant au four découpées les poires et la pomme épluchées en petits cubes. Ajouter les framboises et mélanger.

Préparation de la pâte

Mixer les flocons d'avoine pour obtenir une poudre grossière. Dans un bol mélanger l'avoine, le sucre, l'amande en poudre et le beurre. Malaxer pour obtenir une pâte homogène puis la répartir sur le plat de fruits par petits paquets

Faire cuire 25 minutes à 180°C.