

PETITS CLAFOUTIS POIRE-AMANDE

Ce petit encas, rapide, est idéal pour une petite faim à n'importe quel moment de la journée.



Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 25 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (2 personnes)

- 1 belle poire
- 17,5 g de poudre d'amandes
- 15 cl de lait demi-écrémé **ou** de lait d'amande
- 1 œuf
- 20 g de farine complète
- quelques amandes effilées
- 1 c. à s. de sucre blond

Préparation

Préchauffer le four à 180°C (th. 6)

Laver les poires, puis pelez-les, épépiner-les et émincer-les en lamelles. Huiler au pinceau 4 moules individuels de 10 cm de diamètre, puis y répartir les lamelles de poires.

Dans un saladier, mélanger la farine, la poudre d'amande. Casser les œufs au centre, ajouter le sucre et mélangez à la spatule en bois. Délayer avec le lait.

Verser cette préparation sur les poires, puis parsemer éventuellement de quelques amandes effilées.

Enfourner pour 25 minutes. Servir les clafoutis tièdes ou froids.