

Poire pochée
au miel et aux épices



Vous aurez besoin de :
pour 4 personnes

4 poires Williams

400 ml d'eau en bouteille ou filtrée

100 g de sucre

2 cuillerées à soupe de miel

le zeste d'un petit citron

1/2 cuillerée à café de gingembre en poudre

1 cuillerée à café de mélange 4 épices

1 bâton de cannelle

2 étoiles de badiane

Poires pochées au miel et aux épices

uneabeilleencuisine.com

Préparation:

Dans une casserole, faites chauffer ensemble l'eau, le miel et le sucre.

Pendant ce temps, pelez les poires en laissant la queue et évidez-les par le bas de sorte à retirer les pépins et parties fibreuses.

Quand le mélange eau/miel/sucre bout, déposez les poires couchées dans la casserole et laissez cuire 5 minutes sur feu moyen.

Hors du feu, retirez les poires de la casserole, ajoutez le zeste de citron et les épices, mélangez.

Remettez les poires couchées dans la casserole.

Faites cuire 20 minutes sur feu moyen en retournant les poires à mi-cuisson.

Retirez les poires et placez-les dans des coupelles.

Laissez la sauce cuire encore quelques minutes pour la faire réduire puis filtrer.

Arrosez chaque poire de sauce.

Laissez refroidir avant de déguster.