

Poires rôties au four

Dessert



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :30 min

Calories par portion : 86.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 7.665

Les ingrédients

- 4.0 u Poire
- 4.0 cc Sucre en poudre
- 4.0 p Cannelle
- 4.0 p Beurre

Préchauffez le four th.6 (180°C).

Epluchez les poires en leur réservant la queue. Découpez les dans la longueur et enlevez les pépins. Déposez-les dans un plat beurré. Parsemez sur les poires le sucre, la cannelle.

Enfournez 10 min. Puis arrosez des fruits avec le jus rendu, faites cuire encore 10 min, arrosez et faites cuire de nouveau 10 min, servez tiède ou froid.