

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

COMPOTÉE AUX PRUNEAUX ET À L'ORANGE

pour 4 personnes :

250g pruneaux dénoyautés - 1 orange - 1 bâton de cannelle - 1 gousse de vanille - 1 anis étoilé - 2 graines de cardamome 1 sachet de thé (pour moi de Noël) - 30g sucre en poudre - 1/2 litre d'eau -

Faire chauffer l'eau avec le thé. Ajouter le sucre, la cannelle, la cardamome et l'anis étoilé. Fendre la gousse de vanille en deux et l'ajouter.

Laver l'orange, la couper en fines rondelles sans l'éplucher.

Ajouter à l'eau les pruneaux et l'orange. Amener à ébullition, stopper le feu et laisser infuser jusqu'à refroidissement complet.

À conserver au réfrigérateur.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr