

- 4 poires
- 2 oranges
- 4 œufs
- 200 g de chocolat noir
- 200 g de sucre
- 30 cl de lait demi-écrémé et une pincée de cannelle en poudre



#Coupes de poires au chocolat #Coupes #Paires #Chocolat #Desserts #Paléo #Recettes #Recettes du Sud #Recettes faciles

Pour la version Paléo :

Remplacez le lait demi-écrémé par du lait d'amande et le sucre par 2 c. à soupe de miel.



#Coupes de poires au chocolat #Coupes #Paires #Chocolat #Desserts #Paléo #Recettes #Recettes du Sud #Recettes faciles

Faites bouillir le lait puis versez le chocolat cassé en morceaux. Mélangez au fouet jusqu'à ce qu'il fonde.

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec 50 g. de sucre puis incorporez le chocolat fondu. Laissez refroidir et placez cette crème au chocolat dans des coupes au frais.

Prélevez le zeste d'une orange et faites-le blanchir 10 min. Réservez.

Pressez le jus des 2 oranges et portez à ébullition 8 min avec 10 cl d'eau et 150 g. de sucre.

Pelez les poires et coupez-les en morceaux. Faites-les pocher 10 min dans le jus d'orange sur feu doux. Laissez-les refroidir puis égouttez au chinois.

Disposez les morceaux de poires sur la crème au chocolat et décorez avec les zestes d'orange taillés très fins et la pincée de cannelle.



N'hésitez pas à laisser un commentaire ou bien de la partager sur facebook ou twitter !

PARTAGER CET ARTICLE

Partager

J'aime

Tweet

Repost 

Vous aimerez aussi :

