

## DESSERT



## POMME AU MIEL ET CARDAMOME

---

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 35 mn

**Difficulté** : Facile

**Coût** : Bon marché

---

**Ingrédients (4 personnes) :**

4 belles pommes

100 gr de miel de qualité

8 cosses de cardamome

1/2 citron

---

VERSER le miel dans une casserole de 20 cm de diamètre. Ajouter 4 dl d'eau et les graines de cardamome. Porter à ébullition.

PELER les pommes en leur laissant le pédoncule. Frotter chaque pomme avec le 1 /2 citron. les plonger dans le sirop bouillant et les laisser cuire à petit frémissement pendant 30 minutes, à découvert, en les retournant de temps en temps.

EGOUTTER les pommes et les mettre dans un plat creux. Faire réduire le sirop de cuisson pendant 5 minutes, à feu modéré.

NAPPER les pommes avec le sirop et les servir chaudes ou tièdes ou froides et même glacées. Accompagner avec des tuiles aux amandes.

**COMMENTAIRES :**