



*Autres desserts aux fruits*  
**Poires rôties au miel**



**35 min** 15 min 20 min **0** **308**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

### Étape 1

Préparation du sirop

- 1 Extraire les graines de la vanille.
- 2 Déposer dans une casserole et verser l'eau.
- 3 Ajouter le sucre, la cannelle, l'anis étoilé et le clou de girofle.
- 4 Porter à ébullition puis baisser le feu.

### Étape 2

Précuisson des poires

- 1 Peler les poires et les fendre en deux dans la longueur en conservant la queue. Ceci permettra de les saisir plus facilement.
- 2 Citronner les poires pour éviter qu'elles ne s'oxydent.
- 3 Pocher les moitiés de poires dans le sirop 10 minutes à feu doux.

### Étape 3

Finalisation

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Verser le miel dans une poêle et ajouter 6 cuillerées à

Ingrédients  
pour 4 personnes

#### Fruits

4 **Poire**  
1 **Citron(s)**

#### Sirop

150 g **Sucre semoule**  
1 **Gousse(s) de vanille**  
1 unité(s) entière(s) **Anis étoilé**  
1 **Bâton de citronnelle**  
1 unité(s) entière(s) **Clou(s) de girofle**  
1 c. à café **Cannelle en poudre**  
25 cl **Eau**

#### Enrobage

100 g **Miel liquide**

soupe de sirop. Mélanger et porter à ébullition.

- 3** Egoutter les poires et les déposer dans la poêle. Les arroser de sirop au miel et enfourner pendant 10 minutes.
- 4** Arroser de jus de cuisson de temps en temps au cours de la cuisson.
- 5** Répartir les poires sur des assiettes individuelles et les servir tièdes.