



La poêlée de mirabelles au Coca

Recette pour 4 personnes. Préparation : 10 min. Cuisson : 10 min.

Ingrédients

Mélange de 4 épices en poudre : 2 c. à s.
Mirabelles : 500 à 600 g
Miel : 30 g
Coca cola : 3 cl
Chouchous : 20 g

Matériel

un dénoyauteur (à cerises)
une poêle
un mortier + pilon



Réalisation > la préparation

1. Passer rapidement sous l'eau et essuyer aussitôt les mirabelles.
2. Les dénoyauter en les laissant entières.
- vous pouvez réaliser cette recette en coupant les mirabelles en deux oreillons mais elles perdront un peu de leur jus et vous n'aurez plus cette "explosion" en bouche à la dégustation -
3. Tapiser le fond de la poêle de la poudre de 4 épices et laisser torréfier quelques minutes à feu doux.
4. Déposer les mirabelles dénoyautées dans la poêle et les rouler dans la poudre d'épices afin de bien les enrober.
5. Les napper de miel et de Coca cola et laisser cuire à feu doux une dizaine de minutes en les faisant rouler régulièrement.
- vous pouvez jouer à tester les arômes en utilisant un miel un peu original : miel de citronnier, miel d'acacia, miel d'oranger, miel de sapin,... ou en remplaçant le Coca par un autre soda ou une boisson alcoolisée, quitte à le faire flamber ! -
6. Laisser ensuite tiédir à température ambiante.
7. Réduire au mortier les chouchous afin d'en faire une poudre grossière. Servir les mirabelles et les couvrir de ces éclats de chouchous et d'une cuillère de sirop miel-Coca.

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

www.PureGourmandise.com