



CRUMBLE RHUBARBE-FRAISE

Les recettes de cuisine bio du Fenouil **biocoop** par Marielle

Préparation : **15 minutes** • Cuisson : **30 minutes** • Pour **6 personnes**

Une recette de Ferdinand, salarié du Fenouil



INGRÉDIENTS

- 750 g de tiges de rhubarbe
- 500 g de fraises
- gingembre en poudre
- 50 g de sucre roux
- 120 g de farine d'épeautre* T70
- 80 g de noix de coco râpée
- 80 g de sucre complet
- 120 g de beurre* (clarifié si possible)

*peut contenir des allergènes

PRÉPARATION

1. Laver et couper la rhubarbe en tronçons de 3 cm, sans l'éplucher.
2. La faire dégorger avec le sucre roux dans un saladier pendant une heure puis l'égoutter à l'aide d'une passoire.
3. Mélanger la farine, la noix de coco, le sucre complet et le beurre pour obtenir un sable grossier.
4. Disposer dans un plat allant au four la rhubarbe et les fraises coupées en morceaux, puis saupoudrer de gingembre.
5. Ajouter la pâte uniformément sur les fruits.
6. Cuire à 180°C pendant 30 minutes.
7. Déguster tiède avec une boule de glace à la vanille !

Le beurre clarifié est un corps gras intéressant à utiliser dans les préparations cuites parce qu'il est débarrassé des protéines qui pourraient brûler lors de la cuisson.

Le Fenouil



www.lefenouil-biocoop.fr



MAGASINS BIOLOGIQUES

FENOUIL SARGÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
Accueil : 02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN

du lundi au samedi
de 9h à 19h
Parc des Hunaudières
Accueil : 02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ

du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
Accueil : 02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
Accueil : 02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES

du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
6 avenue d'Haouza
Accueil : 02 85 29 29 69

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : www.cuisine-moi-un-fenouil.fr