

Far breton au sarrasin et aux pruneaux

RECETTE

www.cuisine-moi-un-fenouil.fr



10 minutes



45 minutes



6 personnes

INGRÉDIENTS

- 150 g de farine de sarrasin
- 3/4 de litre de lait* entier de vache ou de boisson de millet
- 100 g de sucre de canne
- 3 œufs*
- 50 g de beurre* salé
- 300 g de pruneaux

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Faire fondre le beurre salé.
3. Dans un cul-de-poule, battre les jaunes d'œuf avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis ajouter le beurre fondu et continuer de remuer.
4. Incorporer la farine de sarrasin.
5. Délayer avec le lait (ou la boisson de millet).
6. Monter les blancs d'œufs en neige.
7. Les incorporer délicatement dans la préparation.
8. Beurrer un plat à four et y disposer les pruneaux, puis recouvrir avec la préparation.
9. Cuire au four pendant 45 minutes à 180°C.

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

Fenouil Université
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
02 43 88 36 70

Fenouil République
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 rue Gambetta
02 85 29 15 80

Fenouil Atlantides
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
4-6 avenue d'Houza
02 85 29 29 69

Fenouil Antarès
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Rond-point d'Antarès
02 43 78 93 82