



## poires pochées à l'érable

**Catégorie:** Desserts

**Description:**

Portion(s): 4

Temps de préparation: 35 minute(s)

Temps de cuisson: 48 minute(s)

**Ingrédients:**

2 t (500 ml) d'eau

1 t (250 ml) de jus de pomme

1 t (250 ml) de sirop d'érable

4 clous de girofle

1 bâton de cannelle

4 poires mûres mais fermes

1 t (250 ml) de yogourt nature épais

**Instructions:**

1. Dans une grande casserole, porter à ébullition l'eau, le jus de pomme, le sirop d'érable, les clous de girofle et le bâton de cannelle, en brassant de temps à autre.

2. Entre-temps, en commençant par la base et en laissant la queue intacte, peler les poires. À l'aide d'un petit couteau ou d'une cuillère à melon, retirer le coeur par la base des poires. Au besoin, égaliser la base des poires pour les niveler. Mettre les poires debout dans la préparation au sirop d'érable bouillonnante. Déposer un cercle de papier-parchemin du diamètre de la casserole directement sur les poires. Porter à ébullition. Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter pendant environ 12 minutes ou jusqu'à ce que les poires soient tendres. Laisser refroidir pendant 2 heures dans le liquide de cuisson.

3. Entre-temps, dans une passoire tapissée d'étamine (coton à fromage) placée sur un bol, mettre le yogourt. Couvrir et laisser égoutter au réfrigérateur pendant environ 1 heure (vous devriez obtenir environ 2/3 t /160 ml de yogourt égoutté). Réserver.

4. Retirer les poires du liquide de cuisson (ne pas jeter le liquide), les déposer dans une assiette et les couper en deux, en quatre ou en tranches. Réserver. Retirer les clous de girofle et le bâton de cannelle du liquide de cuisson et porter à ébullition. Laisser bouillir pendant environ 18 minutes ou jusqu'à ce que le sirop ait réduit à environ 1 t (250 ml)