

# Verrines de poires pochées et crème au chocolat



Pour 4 personnes

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Prix par personne : 1.00 CHF

## Ingrédients

- 5 Poires (630g)
- 200 ml Lait demi-écrémé
- 100g Chocolat noir
- 1 Œuf
- 20g Sucre
- 20g Maïzena

## Préparation

1. Peler et découper en carrés d'1 cm les poires.
2. Plonger les carrés de poires dans 1 L d'eau portée à ébullition et laisser frémir à couvert pendant 10 à 15 min. Égoutter les poires, réserver.
3. Pendant ce temps, porter 150 ml de lait à ébullition. Éloigner la casserole du feu avant que le lait déborde. Ajouter le chocolat, faire fondre en remuant.
4. Dans un grand récipient, mélanger 50 ml de lait froid avec la maïzena, le sucre et l'œuf. Ajouter au mélange lait-chocolat. Remettre la casserole sur feu moyen sans cesser de remuer. Dès que la crème épaissit, retirer la casserole du feu et remuer env. 2 minutes.
5. Remplir le fond de petites verrines de crème au chocolat et placer les carrés de poires au-dessus. Servir tiède ou froid.

### ✂ Bon à savoir

Le lait contenu dans ce dessert est source de calcium qui fortifie les os et les dents.

## La recette filmée



Emma Biolley, Estelle Cattin, Mickael Chabloz, Maeva Heinzen, Elisa Héroult, Larissa Lepori