

Gâteaux fondants aux poires caramélisées



“ Un gourmande recette puisée, encore une fois, chez [Lyne Epices&Moi](#), réalisées avec les nombreuses poires de notre AMAP fruits sur Strasbourg, l'AMAP'cerise. J'ai été obligée d'y faire quelques modifications parce que je n'avais pas tous les ingrédients sous la main. Étant immobilisée, on (alias mon homme) a fait avec ce que nous avions à la maison.”

Les Ingrédients :

Pour 6 gâteaux * de 10 cm de largeur, 3,5 cm de profondeur et d'une contenance de 250 ml (Empreintes Grands ronds de chez Guy Demarle) :

- 1 kg [poire](#) à cuire
- ½ [citron](#) (jus)
- 100 g de farine de blé T80 (recette initiale : farine d'épeautre T110)
- 60 g de poudre d'amandes (recette initiale : noisettes)
- 2 œufs
- 35 g de yaourt nature (recette initiale : yaourt de soja)
- 45 g d'huile d'olive
- 1 c. à café de poudre à lever
- ½ c. à café de vanille en poudre
- 1 c. à café de cannelle moulue
- 65 g de sirop (mélasse) de pommes (recette initiale : sirop de pommes et poires naturel – Liège)
- 3 à 4 (poires à cuire)
- 3 c. à soupe de sirop (mélasse) de [pommes](#) + 3 c. à soupe de d'eau
- Eau

* Lyne a utilisé un moule à charnière de 20 cm de diamètre.

Les Étapes :

Pelez les poires. Coupez-les en deux puis enlevez les pépins. Râpez ou mixez grossièrement la chair des poires. Arrosez-les du jus d'un demi citron. Réservez.

Préchauffez le four à 175°C.

Dans un premier bol mélangeur, déposez la farine, la poudre d'amandes, la poudre à lever, la vanille et la cannelle.

Dans un second bol mélangeur, battez les œufs avec le yaourt et le sirop de pommes. Incorporez ce mélange à celui des ingrédients secs. Mélangez. Ajoutez 40 g d'huile d'olive. Mélangez de nouveau. Incorporez les poires râpées ou grossièrement mixées puis mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

Verser la préparation dans le moule. *J'ai opté pour une [grande plaque Demarle de 6 grands ronds](#)*. Enfournez dans le milieu du four pendant environ 45 minutes à 1 heure à chaleur tournante dans le cas où vous auriez préparé les 6 tartelettes (ou 1h00 à 1h10 pour le fondant de 20 cm).

Surveillez la cuisson en insérant la pointe d'un couteau. Elle doit ressortir sèche. Alors le gâteau est cuit. Sortez-le du four. Laissez refroidir totalement. Démoulez.

Pendant ce temps, coupez 3 ou 4 poires en fines tranches (*ici et idéalement à la mandoline*).

Dans une grande poêle anti-adhésive, faites chauffer en 3 fois, 1 c. à soupe de sirop avec 1 c. à soupe d'eau dans lequel vous ferez lentement caraméliser le tiers des tranches de poires. Au besoin, ajoutez un peu d'eau en prenant soin de surveiller la cuisson. Répétez l'opération.

Laissez tiédir ou refroidir les tranches de poires avant de les répartir sur les gâteaux.

Dégustez !

Et Que Dire De Plus ?

→ Remplacez la totalité ou une partie des poires par des pommes.

→ J'ai trouvé du sirop (mélasse) de pommes bio en Allemagne (*Eden Bio Appel Dicksaft*).

Mieux que rien !

→ [Lyne](#) suggère de préparez une plus grande quantité de sirop que vous pourrez répartir sur les poires !