



Salades et soupes de fruits

Poires au vin



3h45 **15 min** **30 min** **3h** **261**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les poires au vin

4 **Poire**
50 cl **Vin rouge**
50 cl **Eau**
150 g **Sucre semoule**
1 **Orange(s)**
1 unité(s) entière(s) **Bâton
de cannelle**
3 **Anis étoilé**
1 unité(s) entière(s)
Clou(s) de girofle

Étape 1

Préparation des poires

- 1 Eplucher les poires en laissant la queue.
- 2 Elles seront plus présentables.
- 3 Retirer le trognon inférieur avec la pointe de l'économme.
- 4 Laver les poires.

Étape 2

Préparation du jus au vin rouge

- 1 A l'aide d'un zesteur, prélever les zestes d'orange.
- 2 Verser le vin rouge, l'eau, le sucre, le zeste d'orange et les épices dans une grande casserole.
- 3 Disposer les poires dans la casserole.
- 4 Porter doucement à ébullition et laisser mijoter sur feu doux pendant 20 minutes. Retourner les poires de temps en temps pour qu'elles cuisent uniformément.
- 5 Il faut retourner les poires délicatement afin qu'elles ne se désagrègent pas.
- 6 Une fois les poires bien tendres, les disposer dans un grand ramequin.
- 7 Faire réduire le sirop de vin rouge pendant 30 minutes,

jusqu'à ce qu'il ait diminué de moitié. La consistance doit devenir légèrement sirupeuse.

- 8 Napper les poires avec ce jus et placer au réfrigérateur pendant minimum 3 heures avant de déguster.