

## Crumble de pomme-poire



## Ingrédients pour 100 Adolescents

|                      |       |    |
|----------------------|-------|----|
| Pomme Reinette       | 6,000 | KG |
| Poire Passe-Crassane | 5,000 | KG |
| Sucre cassonade      | 0,200 | KG |
| Eau                  | 1,000 | LT |
| Sucre semoule        | 0,450 | KG |
| Farine ménagère T 55 | 0,450 | KG |
| Amandes en poudre    | 0,450 | KG |
| Beurre doux          | 0,450 | KG |

Portion 132 g

Coût € €

Temps de préparation L



• Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les fruits. Eplucher, détailler en dés. Disposer les morceaux de pommes, puis ceux de poires dans des ramequins, saupoudrer de sucre cassonade, arroser de la quantité d'eau nécessaire. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).

• Mélanger le sucre, la farine, la poudre d'amande et le beurre préalablement détaillé en petits dés jusqu'à obtention d'une texture friable. Parsemer les fruits de pâte à crumble, cuire au four (170/180 °C) 15 minutes environ. Refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.

## VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G

| Apport calorique  | Protéines | Lipides | dont AGS | Glucides | dont Sucres | Fibres |
|-------------------|-----------|---------|----------|----------|-------------|--------|
| 98 kcal<br>411 kJ | 0,7 g     | 3,0 g   | 1,9 g    | 16,0 g   | 12,0 g      | 1,7 g  |

## Critère GEMRCN

- Aucun

## L'astuce

Pour un menu à thème plus "tropical", vous pouvez remplacer les pommes et les poires par de la mangue et de l'ananas.



# Comment lire et utiliser votre fiche recette :

### Allergènes

Lait  
 Gluten  
 Fruits à coque  
 Œuf  
 Céleri  
 Soja  
 Moutarde  
 Sulfites

### Type de plat / période

Entrée / Plat / Dessert  
Automne / Hiver / Printemps - Eté



### Dessert - Hiver

## Crumble de pomme-poire

**Ado**

**Ingrédients pour 100 Adolescents**

|                      |       |    |
|----------------------|-------|----|
| Pomme Reinette       | 6,000 | KG |
| Poire Passe-Grassane | 5,000 | KG |
| Sucre cassonade      | 0,200 | KG |
| Eau                  | 1,000 | LT |
| Sucre semoule        | 0,450 | KG |
| Farine ménagère T 55 | 0,450 | KG |
| Amandes en poudre    | 0,450 | KG |
| Beurre doux          | 0,450 | KG |

**Portion** 132 g  
**Coût** € € €  
**Temps de préparation** L

| VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G |           |         |          |          |             |        |
|------------------------------------|-----------|---------|----------|----------|-------------|--------|
| Apport calorique                   | Protéines | Lipides | dont AGS | Glucides | dont Sucres | Fibres |
| 98 kcal<br>411 kJ                  | 0,7 g     | 3,0 g   | 1,9 g    | 16,0 g   | 12,0 g      | 1,7 g  |

**Critère GEMRCN**  
• Aucun

**Interfel**

**Instructions :**  
 \* Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les fruits. Eplucher, détailler en dés. Disposer les morceaux de pommes, puis ceux de poires dans des bols et saupoudrer de sucre, puis de la quantité d'eau nécessaire.  
 • Mélanger le sucre, la farine, la poudre d'amande et le beurre préalablement détaillé en petits dés jusqu'à obtention d'une texture friable. Parsemer les fruits de pâte à crumble, cuire au four (170/180 °C) 15 minutes environ. Refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.

### Cible

Enfant  
(maternelle / primaire)  
Ado (collège / lycée)

### Ingrédients

pour 100 convives

### Déroulé de la recette

### Valeurs Nutritionnelles

pour 100 g de produit fini

### L'astuce

Pour un menu à thème plus "tropical", vous pouvez remplacer les pommes et les poires par de la mangue et de l'ananas.

### L'astuce

Proposition de variante de la recette

### Critères GEMRCN

Critères nutritionnels pour les fréquences d'apparition des plats

### Temps de préparation

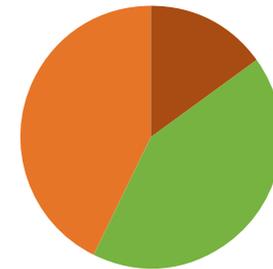
Très rapide  
 Rapide  
 A anticiper

### Coût

Très bon marché  
 Bon marché  
 Assez bon marché

## Proposition de menu végétarien associé

- Carottes râpées citronnées
  - Gratin de tortis montagnard au potiron\*
  - Yaourt nature
  - Crumble de pomme-poire\*
- \*Recette disponible sur Interfel.com



**Protéines 15,0 %**  
**Glucides 42,4 %**  
**Lipides 42,6 %**  
 Hors apports en glucides fournis par le pain au cours du repas