



POIRES POCHEES AU BANYULS

Ingrédients pour 3 personnes :

- 6 poires (les Bosc sont recommandées pour leur forme allongée et leur fermeté)
- 37,5 cl de Banyuls
- 37,5 cl d'eau
- 125 gr de sucre granulé (ou selon son goût)
- 2 bâtons de cannelle
- 2 étoiles de Badiane
- 5 ou 6 gousses de cardamome verte entières
- 1 c. à thé de mélange 5 poivres
- 1 bâton de réglisse

Préparation :

Pelez les poires, en conservant le pédoncule, et mettez-les à tremper dans un bol d'eau froide à laquelle vous aurez ajouté un peu de jus de citron.

Dans une casserole juste assez grande pour contenir les 6 poires, faites chauffer l'eau, le Banyuls et les épices. Lorsque le sirop bout, déposez les poires délicatement.

Faites-les pocher à feu doux, en les retournant régulièrement, jusqu'à ce qu'elles deviennent tendres et légèrement transparentes : entre 5 à 15 minutes, en fonction de leur degré de maturité. Retirez-les du sirop et déposez-les dans un bol en verre ou en porcelaine (pas de métal).

Faites réduire le sirop pendant quelques minutes. Versez-le sur les poires avec les épices, laissez refroidir et réservez au frais au moins 4 heures, voire jusqu'au lendemain.

Au moment du service, coupez chaque poire en deux et enlevez le coeur et les pépins. Déposer les deux moitiés dans des assiettes, ajoutez de la glace à la vanille et arrosez avec le sirop aux épices.

PEARS POACHED IN BANYULS

Ingredients for 3 servings :

- • 6 pears (*Bosc* are the recommended for their elongated shape and their firmness)
- • 37.5 cl of Banyuls
- • 37.5 cl of water
- • 125 grams of granulated sugar (or according to your taste)
- • 2 cinnamon sticks
- • 2 Badiane stars
- • 5 or 6 whole green cardamom pods
- • 1 teaspoon of 5 peppers mixture
- • 1 stick of liquorice

Preparation:

Peel the pears, keep the stalk, and put them to soak in a bowl of cold water to which you've added a little lemon juice.

In a saucepan just large enough to contain the 6 pears, heat the water, Banyuls and spices. When the syrup boils, drop the pears gently

Make them poach over low heat, turning regularly, until they become soft and slightly transparent: 5 to 15 minutes, depending on their degree of maturity. Remove them from the syrup and place them in a glass bowl or porcelain (no metal).

Reduce the syrup for a few minutes. Pour it over the pears with spices, let cool, and put in the fridge at least 4 hours or overnight.

At the moment to serve, cut each pear in half and remove the heart and the pips. Place two halves on plates, add vanilla ice cream and pour the syrup with spices.