



Recette de la semaine avec **LA POIRE**

Poires pochées au sirop d'érable

4 poires coupées en quartiers, pelées et évidées

375 ml (1 1/2 tasse) de sirop d'érable



Dans une petite casserole, porter à ébullition le sirop d'érable. Déposer les quartiers de poires et laisser mijoter à feu bas de 10 à 12 minutes. Mettre les poires dans une assiette et napper de sirop. Délicieux comme dessert santé.