

Pommes perdues

Recette
proposée par :

Cédric Marchand,
chef de cuisine restaurant
scolaire de Recquignies,
Api Hainaut.

Ingrédients :

2 pommes
20 g de beurre demi-sel
1 pincée de cannelle moulue
35 g (20 g + 15 g) de sucre semoule
4 tranches de pain de mie nature
1 œuf
10 cl de lait demi-écrémé
½ citron

* Retrouvez les recettes sur
www.api-restauration.com

Progression :

1. Éplucher et couper les pommes en petits dés.
2. Réaliser une marmelade avec les dés de pommes et 20 g de sucre semoule. En fin de cuisson, incorporer 10 g de beurre, une pincée de cannelle et le zeste râpé du demi-citron. Laisser compoter.
3. Étaler légèrement les tranches de pain de mie au rouleau pâtissier.
4. Répartir la marmelade de pommes sur le pain, puis rouler la préparation dans un film alimentaire. Laisser reposer au frais pendant 30 min.
5. Dans un récipient, réaliser un appareil à pain perdu en mélangeant le lait, 15 g de sucre semoule et l'œuf battu.
6. Trancher les rouleaux à la pomme, en portion de 5 cm pour réaliser des parts individuelles.
7. Tremper les rouleaux de pommes perdues dans l'appareil. Faire chauffer le beurre restant dans la poêle et faire colorer les rouleaux de chaque côté. Terminer la cuisson au four environ 10 mn à 200°C. Déguster tiède ou froid.



Si le pain rassis ne plaît plus à nos papilles, il n'est pas toujours perdu et peut se voir offrir une belle reconversion. Le pain perdu est une version gourmande, bon marché et facile à préparer. La recette est simple : du pain dur trempé dans un mélange de lait et œufs battus puis poêlé avant d'être saupoudré de sucre ou accompagné de confiture. Une recette anti-gaspi qui régalerait toute la famille !



A chacun son inspiration, laissez vous surprendre par celle de votre chef !