

FLOGARDE AUX POMMES

(Une recette du Limousin) Maryse R

INGREDIENTS pour un moule à manqué (24cm)

3 pommes (Reine des Reinettes, Chanteclerc...)
100g de sucre roux + 1 c à soupe sur les pommes
50g de beurre + 15g pour beurrer le moule
4 oeufs
150g de farine
1 pincée de sel
1 citron jaune
400ml de lait ½ écrémé

PREPARATION

Préchauffer le four à 170°.

Peler les pommes et les couper en dés de 1,5cm de côté

Faire fondre 25gr de beurre dans une sauteuse

Ajouter les dés de pommes, saupoudrer avec 20g de sucre en poudre

Faire cuire à feu moyen pendant 10mn en mélangeant = pommes dorées

Presser le citron.

Dans un saladier casser les œufs et les battre en omelette

Ajouter 100g de sucre roux, 25g de beurre fondu, le jus de citron, la farine, le sel et terminer par le lait. (consistance de pâte à crêpes)

Beurrer le moule, disposer les pommes bien dorées et recouvrir avec la pâte.

Enfourner pour 55mn à mi hauteur (chaleur tournante).

Démouler et saupoudrer d'un peu de sucre.

Le petit + de Maryse : on déglace la sauteuse après la cuisson des pommes avec ½ verre de calvados !!!

Bonne dégustation !