

FLANS AUX POIRES



Ingrédients :

- 4 petites poires
- 2 œufs
- 10 g de sucre
- 100 g de crème
- 100 g de lait
- 20 g de sucre vanillé maison

Préparation :

- préchauffer le four à 180°
- peler les poires, les couper en deux et les répartir dans 4 ramequins
- dans le bol, mettre les œufs, le sucre, la crème, le lait et le sucre vanillé et mixer 15 secondes à vitesse 4
- recouvrir les poires de cette préparation
- cuire 35 minutes
- laisser refroidir avant de déguster

Vous pouvez retrouver cette recette dans le livre "Les simplissimes " Weight Watchers