



Toque & Tablier



Fleur de pommes au miel

P'tits Marmitons : dès 9 ans

Pour 6 fleurs environ

Préparation 25 min

Ma liste de courses... Chez

Le primeur :

- 350 g de pommes rouges (variété : Gala, Pink Lady, Starking, Belle de booskop, etc.)

Le boulanger :

- Une pâte feuilletée pré étalée

L'épicier :

- 40 g de sucre
- 30 g de miel
- De la cannelle en poudre (facultatif)

Préchauffez le four à 180°. Lavez et découpez des quartiers de pommes. Puis coupez chaque quartier en fines lamelles (2 ou 3 mm) avec une mandoline (c'est plus rapide et plus beau !) ou avec un couteau.



Faites chauffer 40 cl d'eau et 40 g de sucre dans une casserole, plongez les lamelles de pommes et laissez 3-4 minutes environ (tout dépend de l'épaisseur des lamelles de pommes, l'idée est juste de les assouplir mais non cassantes pour pouvoir les enrouler ensuite !). Egouttez-les avec une écumoire en enlevant un maximum l'eau de cuisson et réservez.

Étalez votre pâte, découpez des bandes de 5 cm.



Badigeonnez de miel chacun des bandes et déposez 2 rangs de pommes l'une en dessous de l'autre. Le premier rang doit dépasser de la pâte et les lamelles doivent se superposer en partie comme sur la photo. Si vous souhaitez ajouter de la cannelle, c'est le moment !



Rabattez la partie inférieure restée libre sur les pommes comme si on voulait les border. Puis, partant d'une extrémité, enroulez la bande de pommes sur elle-même sans chercher à serrer.



Fermez bien vos fleurs de pommes en collant un petit bout de pâte de l'extrémité sur de la pâte.



Déposez les fleurs de pommes dans un moule à muffins ou posées directement sur une plaque de pâtisserie (sur laquelle vous aurez précédemment déposé un papier cuisson).



Enfournez pour 35-40 minutes dans le tiers inférieur du four **en surveillant bien la coloration (les pommes peuvent vite brûler à mi-parcours, , posez alors un papier d'aluminium dessus)** Et envoyez ces fleurs de pommes tièdes (elles sont bien meilleures que froides !) avec une tasse de thé.