



Compote meringuée



Ingrédients

- Pour 4 personnes :
Equivalence = 1 fruit
- 600 g de fruit
- 10 g de sucre
- 3 blancs d'oeuf
- 1 jus de citron
- 1/2 cuillères à café de poudre de cannelle



Préparation

- Epluchez et coupez en lammelles les fruits (pommes ou poires).
- Faire cuire les fruits, arrosés de jus de citron, avec la cannelle soit au four micro-onde, soit dans une casserole à feu doux.
- Puis mettre la compote ainsi obtenue dans un plat allant au four.
- Battre les blancs d'œufs en neige fermement avec le sucre et en recouvrir la compote.
- Mettre au four et laisser cuire à feu doux pendant 10 mn jusqu'à coloration des blancs d'œufs.
- Servir frais.

