



SUNDAES AUX FRAISES ET CROQUANT PACANES-SÉSAME

Portions **4**

Préparation **15 minutes**

Particularités

Les Fraîches sont arrivées! On en profite!

Une recette rapide qui fait Wow! Miam! et qui est tellement satisfaisante!!! Les filles de l'équipe K pour Katrine ont littéralement plongé dans les sundaes... Vive l'été et le goût des fraises du Québec!

INGRÉDIENTS

Croquant pacanes-sésame

- 1 1/2 tasse (375 ml) de pacanes (ou graines de citrouille)
- 1/2 tasse (125 ml) de graines de sésame
- 1/2 tasse (125 ml) de sirop d'érable
- 1/2 c. à thé (2,5 ml) de fleur de sel

Sundaes aux fraises

- 3 tasses (750 ml) de fraises fraîches coupées en dés
- 1/3 tasse (80 ml) de sirop d'érable
- 1/2 gousse de vanille ou 1 c. à thé (5 ml) de vanille
- «Crème glacée» de coco et vanille

PRÉPARATION

Croquant pacanes-sésame

1. Préchauffer à 375°F et placer la grille au centre. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
2. Dans un bol, mélanger les pacanes, les graines de sésame et le sirop d'érable.
3. Étendre le mélange sur la plaque à l'aide d'une spatule et saupoudrer d'un peu de fleur de sel. Cuire 15 minutes en retournant la plaque à mi-cuisson.
4. Laisser refroidir complètement sur une grille, avant de casser en morceaux.

Sundaes aux fraises

1. Dans une petite casserole, à feu moyen cuire à couvert la moitié des fraises fraîches avec le sirop d'érable et la vanille et laisser mijoter 8 minutes.
2. Retirer du feu. Ajouter les fraises fraîches, retirer la 1/2 gousse de vanille et bien mélanger. Laisser refroidir au frigo.
3. Verser de la sauce aux fraises refroidie dans le fond 4 coupes à sundae, déposer une boule de «crème glacée», ajouter à nouveau de la sauce aux fraises et déposer une deuxième boule de «crème glacée». Garnir du reste de la sauce aux fraises et parsemer de morceaux de croquant pacanes-sésame.



Bon à Savoir

Il est important que vous déposez le croquant de pacanes-sésame sur la grille du milieu sinon il risque de brûler. Surveillez-le bien en fin de cuisson pour vous assurer qu'il ne brûle pas!