



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

- Préchauffer à 375°F et placer la grille au centre. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
- Dans un bol, mélanger les pacanes, les graines de sésame et le sirop d'érable.
- 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.
- Laisser refroidir complètement sur une grille. avant de casser en morceaux.

Sundaes aux fraises

- 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.
- Retirer du feu. Ajouter les fraises fraîches, retirer la 1/2 gousse de vanille et bien mélanger. Laisser refroidir au frigo.
- Verser de a 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 morceaux de croquant pacanes-sésame.



Bon à Savoir

Il est important que vous déposiez 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!