

# ANANAS POELE

*A la compotée de mangue à la vanille*

## **Informations :**

- difficulté : facile
- pour 4 personnes
- préparation d'environ 10 minutes
- cuisson d'environ 25 minutes



## **Ingrédients :**

- 1 ananas
- 1 mangue bien mûre
- 1 gousse de vanille
- Quelques feuilles de menthe pour la décoration

## **Préparation :**

- 1) Commencer par préparer la compotée de mangue à la vanille :
  - Couper la mangue et en ôter la chair avec une cuillère.
  - Dans une casserole, faire chauffer à feu doux la chair de mangue et la laisser se démêler en cuisson.
  - Fendre la gousse de vanille en deux et en ôter les grains. Les ajouter à la compotée de mangue en cuisson, bien mélanger avec une cuillère en bois et laisser infuser.
- 2) Pendant ce temps, préparer l'ananas : le couper, en ôter la partie centrale dure ainsi que la peau et le couper en cubes, ni trop petits, ni trop gros. Réserver.
- 3) Ajouter les morceaux d'ananas à la compotée de mangue en cuisson et laisser cuire à feu doux et à couvert pendant un petit quart d'heure.
- 4) Ôter du feu et servir tiède en verrine, en décorant de quelques feuilles de menthe fraîche pour la présentation.

## **☀ Les astuces de la p'tite Poule Rousse :**

→ Une préparation de fruits à déguster à la cuillère, avec du fromage blanc ou sur des pancakes maison.