

PÊCHES RÔTIES

 25 minutes 6 portions

INGRÉDIENTS

- 6 unités moyennes de pêche blanches de préférence
- 40 grammes de beurre doux
- 30 grammes de sucre roux
- 5 grammes de vanille

MODE DE PRÉPARATION

- 1° Pelez 6 pêches blanches (de préférence), coupez-les en deux.
- 2° Faites chauffer 40 g de beurre dans une sauteuse avec de la vanille et faites rôtir les demi-pêches 10 min sur feu doux en les arrosant régulièrement du jus de cuisson.
- 3° Poudrez de 50 g de sucre roux, laissez caraméliser 5 min.
- 4° Laissez tiédir et dégustez

INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (138 g)	% AR
ÉNERGIE	51 kcal	70 kcal	3 %
LIPIDES	4 g	6 g	9 %
ACIDES GRAS SATURÉS	3 g	4 g	18 %
CHOLESTÉROL	11 mg	15 mg	5 %
SODIUM	2 mg	3 mg	0 %
GLUCIDES	12 g	16 g	5 %
SUCRES	11 g	15 g	—
FIBRES ALIMENTAIRES	1 g	2 g	8 %
PROTÉINES	1 g	1 g	—