



Nutrition pour les établissements d'apprentissage et de garde des jeunes enfants

Croustade aux pommes

Pour 8 à 10 enfants

Ingrédients

- 6 pommes, évidées et tranchées ou coupées en dés
- ¼ tasse de margarine ou de beurre mou
- ¾ tasse de flocons d'avoine (non cuits)
- ¾ tasse de farine de blé entier tout-usage plus 2 c. à soupe
- ½ tasse de cassonade
- 2 c. à thé de cannelle moulue

Préparation

1. Mélanger les pommes tranchées avec 2 c. à soupe de farine et placer dans le fond d'un plat allant au four de 9 x 12 po. (23 cm x 33 cm).
2. Dans un bol de taille moyenne, mélanger la margarine, l'avoine, le reste de la farine, la cassonade et la cannelle jusqu'à ce que le mélange semble friable.
3. Verser le mélange d'avoine et de farine sur les pommes et presser légèrement.
4. Cuire au four à 350 ° de 45 minutes à 1 heure (jusqu'à ce que les pommes soient tendres).

Conseils

Essayez cette recette avec d'autres types de fruits comme des poires, des pêches ou des fraises et de la rhubarbe.