

# recettes de Carpé Zen

« Fraîcheur de poire à la verveine »



## Ingredients

- ☆ 2 poires (conférence)
- ☆ 2 g d'agar-agar en poudre (1 cuil. à café)
- ☆ 2 c. à soupe de verveine séchée
- ☆ 1 cuil. à soupe de menthe ciselée
- ☆ 2 cuil. à soupe rases de miel\* de fleurs
- ☆ 30 cl d'eau
- ☆ 4 grosses cuil. à soupe de compote pomme-poire maison (faites à l'avance)

## Recette

- Déposez une cuillère à soupe de compote au fond de chaque verrine.
- Pelez et épépinez les poires.
- Coupez-les en mini-cubes.
- Portez l'eau et le miel à frémissement dans une casserole avec les dés de poires, la verveine et la moitié de la menthe pendant cinq minutes.
- Retirez du feu et laissez infuser encore 5 minutes.
- Filtrez le sirop et versez l'agar-agar. Portez à ébullition et mélangez pendant une minute.
- Remettez les dés de poires et ajoutez le reste de menthe ciselée, puis versez dans les verrines sur la compote. Laissez prendre au réfrigérateur environ deux heures.
- Servez frais.

## Le truc de Julie !!!

vous pouvez utiliser deux sachets d'infusion de verveine menthe.

