

Pain « énigme aux amandes »

INGRÉDIENTS

	Métrique	Impérial
• Lait 1 % m.g.	150 ml	2/3 tasse
Romarin frais, ciselé	25 ml	2 c. à table
• Poires non sucrées en conserve, égouttées	4 moitiés	4 moitiés
• Farine de blé entier	250 ml	1 tasse
Farine tout usage	250 ml	1 tasse
Sucre	75 ml	1/3 tasse
Poudre à pâte	7 ml	1 1/2 c. à thé
Bicarbonate de soude	2 ml	1/2 c. à thé
Sel	2 ml	1/2 c. à thé
Amandes tranchées	175 ml	3/4 tasse
• Œufs battus	2	2
Huile	50 ml	1/4 tasse
Vanille	2 ml	1/2 c. à thé

MODE DE PRÉPARATION

- Chauffer le four à 180 °C (350 °F).
- Dans une petite casserole, faire frémir le lait. Ajouter le romarin ; brasser. Couvrir et laisser chauffer 5 minutes, sans faire frémir. Éteindre le feu ; laisser en attente environ 15 minutes. Couler la préparation à travers une passoire ; mettre le lait de côté.
- Hacher les poires ; mettre de côté.
- Mélanger les ingrédients secs et les amandes. Mettre de côté.
- Mélanger les œufs, l'huile, la vanille. Ajouter le lait et les poires ; brasser. Incorporer aux ingrédients secs, en brassant juste assez pour les humecter. Verser dans un moule à pain légèrement huilé. Cuire 1 heure.

RENDEMENT : 16 tranches

TEMPS DE PRÉPARATION : 25 minutes

TEMPS DE CUISSON : 1 heure

Valeur nutritive par portion :

Glucides : 18,9 g

Fibres : 2,2 g

Protéines : 4,1 g

Lipides : 6,4 g