

# Far breton au sarrasin et aux pruneaux

# RECETTE

www.cuisine-moi-un-fenouil.fr



10 minutes



45 minutes



6 personnes

## INGRÉDIENTS

- 150 g de farine de sarrasin
- 3/4 de litre de lait\* entier de vache ou de boisson de millet
- 100 g de sucre de canne
- 3 œufs\*
- 50 g de beurre\* salé
- 300 g de pruneaux

\*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Faire fondre le beurre salé.
3. Dans un cul-de-poule, battre les jaunes d'œuf avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse, puis ajouter le beurre fondu et continuer de remuer.
4. Incorporer la farine de sarrasin.
5. Délayer avec le lait (ou la boisson de millet).
6. Monter les blancs d'œufs en neige.
7. Les incorporer délicatement dans la préparation.
8. Beurrer un plat à four et y disposer les pruneaux, puis recouvrir avec la préparation.
9. Cuire au four pendant 45 minutes à 180°C.

**Fenouil Sargé**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
ZAC de la Pointe  
02 43 81 87 71

**Fenouil Université**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
22 bd. Louis Leprince-Ringuet  
02 43 88 36 70

**Fenouil République**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
1 b rue Gambetta  
02 85 29 15 80

**Fenouil Atlantides**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
4-6 avenue d'Hauouza  
02 85 29 29 69

**Fenouil Antarès**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
Rond-point d'Antarès  
02 43 78 93 82