



## CONSEILS DE NOTRE CUISINIER PATRICK LEGENSTEIN

Ne pas trop faire chauffer la crème, elle a tendance à brûler.

Si vous utilisez des pommes acidulées (p. ex. braeburn), supprimez le jus de citron.

Dès que le sucre caramélise, le crumble de zwiebacks est prêt.

Pour intensifier l'arôme de vanille, faites dorer aussi des graines.

• • •

## Trifle aux pommes rouges

 45 min + 1 h au frais

Pour 6 verres d'env. 2½ dl

---

1 gousse de vanille  
5 dl de lait  
5 c. s. de sucre  
1 c. s. de maïzena  
2 œufs frais

---

4 pommes rouges  
100 g de framboises surgelées  
1 c. s. de sucre  
1 c. s. de jus de citron

---

12 zwiebacks (env. 70 g)  
3 c. s. d'amandes mondées moulues  
2 c. s. de sucre

---

**Suggestion:** remplacer les pommes par des poires ou par de la rhubarbe.

Portion (⅓): 293 kcal, lip 9 g, glu 42 g, pro 8 g



Fendre la gousse de vanille dans la longueur, gratter pour recueillir les graines, mélanger au fouet avec lait, sucre, maïzena et œufs, porter à ébullition sur feu moyen sans cesser de remuer. Dès que la masse épaisse, éloigner la casserole du feu, remuer encore env. 2 minutes. Filtrer la crème dans un bol à bec verseur, laisser tiédir un peu.



Retirer le cœur des pommes, couper en morceaux, mélanger dans une casserole avec framboises, sucre et jus de citron, porter à ébullition, baisser le feu, laisser mijoter env. 15 min à couvert, mixer.



Émietter les zwiebacks, faire dorer dans une poêle avec les amandes et le sucre env. 3 min sur feu moyen. Superposer dans des verres en alternant avec la purée de pomme et la crème vanille. Mettre au frais.

---

## TRIFLE OU DIPLOMATE?



Un trifle est un dessert anglais fait traditionnellement de crème vanille, fruits et génoise, disposés en couches superposées.

En Suisse nous connaissons une spécialité très semblable, le diplomate, composé également de zwiebacks ou de biscuits à la cuiller, crème vanille, compote de fruits et chantilly.

---