



Gâteaux dans des tasses aux pommes et à la cannelle avec sauce au caramel

20 minutes



Pomme Gala
1 | 2



Sucre blanc
½ tasse | 1 tasse



Cannelle moulue
1 c. à thé | 2 c. à thé



Épices pour tarte
à la citrouille
1 c. à thé | 2 c. à thé



Crème
113 ml | 237 ml



Cassonade
4 c. à soupe |
8 c. à soupe



Lait
237 ml | 474 ml



Préparation à
crêpes et gaufres
150 g | 300 g

Dessert 🍁

Allergènes Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

1



Préparer et cuire les pommes

• Before starting, wash and dry all produce

- Éplucher, évider et couper la **pomme** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un bol moyen, ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **sucre blanc** . Réserver au frigo. (**REMARQUE** : C'est pour votre crème fouettée à l'étape 5.)
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **pommes** , la **moitié** de la **cannelle** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre** . Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **pommes** soient légèrement croquantes.
- Répartir les **pommes** dans **3 tasses** (6 tasses) allant au micro-ondes (d'environ 350 ml chacune). Réserver.

4



Cuire les gâteaux au micro-ondes

- Répartir la **pâte à gâteau** dans les tasses.
- Placer les **3 tasses** au micro-ondes. Chauffer de 4 à 5 min à faible puissance, jusqu'à ce que les **gâteaux** gonflent et soient entièrement cuits. (**REMARQUE** : Cuire en 2 étapes pour 4 pers.) (**CONSEIL** : Si les gâteaux commencent à bouillonner, arrêter le micro-ondes et attendre que la pâte à gâteau se dépose. Puis, reprendre la cuisson pour temps qui reste.)
- Laisser refroidir légèrement, de 1 à 2 min.

2



Préparer la pâte

- Dans un grand bol, ajouter la préparation à **crêpes** et **gaufres** , les **épices pour tarte à la citrouille** , **4 c. à soupe** (8 c. à soupe) de **sucre blanc** , **¼ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel** et le **reste** de la **cannelle** . Bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **lait** , puis bien mélanger en fouettant. Réserver.

5



Préparer la crème fouettée et servir

- Entre-temps, ajouter le **reste** de la **crème** dans le bol moyen contenant le **sucre blanc réservé** .
- À l'aide d'un batteur électrique ou d'un fouet, fouetter le mélange de 2 à 3 min, jusqu'à l'obtention de pics fermes.
- À l'aide d'une cuillère, creuser un trou d'environ 2,5 cm (1 po) de profondeur sur le dessus de **chaque gâteau** . Verser **un peu** de **sauce caramel** dans chaque trou.
- Couronner d' **un soupçon** de **crème fouettée** et arroser du **reste** du **caramel** .

3



Préparer le caramel

- Chauffer la même grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** , puis la **cassonade** et le **reste** de **sucre blanc** . Cuire de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** et la **cassonade** se dissolvent.
- Incorporer graduellement la **moitié** de la **crème** , en fouettant jusqu'à ce que le tout soit entièrement combiné.
- Réduire à feu moyen, puis poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en fouettant souvent, jusqu'à ce que le **caramel** épaisse. Réserver.