



### Vert pour choisir local

Ingrédients en **vert** = cultivés ou produits localement



Oeuf



Lait



Sirop d'érable



Pomme



Pain de blé entier

Célébrez les saisons avec les formes et les couleurs amusantes de la récolte.

**Consultez notre menu pour plus d'idées d'accompagnement !**

# Pain doré aux pommes et à l'érable

Adapté de Vermont New School Cuisine

Rendement : portions 48

## Ingrédients

50 grand  
5 tasses (1,25 L)  
1 tasse (250 ml)  
4 c. à thé (20 ml)  
2 c. à thé (10 ml)  
1 c. à thé (5 ml)  
3 lb (1,3 kg)  
4 lb (1,8 kg)  
½ tasse (60 ml)

### Oeufs

### Lait

### Vrai sirop d'érable

Cannelle moulue

Muscade moulue

Sel

**Pommes**, pelées ou non, coupées en tranches épaisses

**Pain de blé entier**, coupé en morceaux de 1 pouce \*

### Vrai sirop d'érable

\* *Remarque* : vous pouvez également utiliser des pains et des pains fins, ou même des muffins et des bagels anglais.

## Préparation

*Remarque* : Laver bien tous les produits. **Commencer cette recette la veille.**

*Le jour d'avant :*

1. Beurrer deux plats pour table à vapeur pleines de 4 pouces de profondeur ou vaporiser d'un enduit à cuisson.
2. Dans un grand bol, fouetter les œufs, le lait, 1 tasse (250 ml) de sirop d'érable, la cannelle, la muscade et le sel. Incorporer les tranches de pomme et le pain. Bien mélanger, puis répartir entre les deux moules.
3. Couvrir chacun avec du papier parchemin légèrement vaporisé ou huilé, puis du papier d'aluminium. Réfrigérer toute la nuit.

*Le jour :*

4. Avant la cuisson, laisser reposer la cuisson à température ambiante pour 30 minutes pendant que le four est préchauffé à 350 °F (175 °C). Cuire au four pendant 30 minutes, puis retirer les couvercles et faire tourner les moules. Cuire au four encore 20 minutes, jusqu'à ce que la température interne atteigne 165 °F (74 °C).
5. Arroser chaque moule de ¼ tasse (60 ml) de sirop d'érable. Couper chaque moule en 24 carrés et maintenir au chaud.



## Équipement

- Grand bol
- Deux plats pour table à vapeur de taille normale

## Remarque des auteurs

*“C’est un repas délicieux, facile et abordable avec les saveurs familières du pain doré et de la tarte aux pommes. Il peut paraître un peu différent du pain doré ordinaire, alors encouragez les enfants à l’essayer avec un bar à salade de fruits !”*

– Jenny & Rosie

# Recette bonus: Sauce aux fruits

## Ingredients

- 10 lb (4,54 kg) **Pommes**, épépinées et hachées (ne pas éplucher)  
 2 tasses (500 ml) **Bleuets** frais ou congelés  
 2 c. à soupe (30 ml) **Vanille**

## Directions

1. Mettre les pommes hachées dans une grande casserole vide.
2. Couvrir et cuire à feu doux jusqu’à ce que l’humidité commence à sortir des pommes, puis augmenter le feu à moyen et cuire jusqu’à tendreté.
3. Ajouter les bleuets et retirer du feu.
4. Laisser refroidir légèrement le mélange, puis réduire en purée les pommes avec un robot culinaire, un mélangeur à immersion ou un mélangeur. Incorporer la vanille.

## Créez votre assiette !

### *Idées de garnitures, d’accompagnements et de bar à salade*

Avec le service de plats à l’assiette, nous vous recommandons de servir la recette de base et d’offrir l’un des extras ou garnitures suivants sur le côté afin que chacun puisse personnaliser son repas à son goût.

- |  |   |
|--|---|
| ★ <b>Sauce aux fruits</b>  | ★ <b>Mûres</b>  |
| ★ <b>Oeufs brouillés</b>   | ★ <b>Fraises</b>  |
| ★ <b>Pommes</b> – hachées et enrobées d’un filet de citron pour éviter le brunissement | ★ <b>Yaourt</b>   |
| ★ <b>Poires</b> – hachées  | ★ <b>Graines ou granola</b>   |
| ★ <b>Pêches</b>  | ★ <b>Canneberges séchées</b>  |
| ★ <b>Bleuets</b>   | ★ <b>Bleuets séchées</b>  |
| ★ <b>Framboises</b>  | ★ Fruits importés tels que bananes, mangues, kiwis, oranges, caramboles |

## Conseils & astuces

### *Les restes*

Les restes de pain doré peuvent être congelés. Décongeler et réchauffer à 165 °F (75 °C) pour servir.

### *Échanger*

Remplacer les pommes par des baies ou des pêches coupées en dés, ou omettre les fruits dans la recette et servir à côté.

### *Ajouter des légumes !*

Ajouter de la purée de patates douces, de la courge ou des canneberges séchées à l’étape 2 pour plus de couleur, de fibres et de saveur.