

## Poires Belle-Hélène

### **Ingrédients (pour 4 personnes) :**

- 4 poires mûres mais pas trop (conférence, williams ou autre)
- Le jus d'1 citron
- 100 g de sucre en poudre
- 1 litre d'eau
- 150 g de chocolat noir
- 1 à 2 c. à soupe de lait écrémé
- Déco : amandes effilées grillées

### **Préparation :**

Epluchez les poires avec un couteau économe en laissant la queue. Arrosez de jus de citron pour ne pas qu'elles noircissent.

Faites chauffer l'eau et le sucre. On peut aromatiser ce sirop avec du sucre vanillé, ou des épices (cannelle, gingembre, etc.), mais ce n'est pas nécessaire si les poires sont mûres à point et bien parfumées. Portez le mélange à ébullition.

Pochez-y les poires. Pour cela, mettez les poires dans le sirop et faites-les cuire à feu très doux environ 8-10 min. Elles sont prêtes quand elles sont translucides mais encore fermes (vérifier avec la pointe d'un couteau). Hors du feu, laissez-les refroidir dans le sirop.

Pour la sauce au chocolat, faites fondre le chocolat avec le lait au micro-ondes ou au bain-marie, tout doucement. Lissez le chocolat jusqu'à obtenir une sauce onctueuse.

Egouttez vos poires et servez-les nappées de chocolat chaud avec quelques amandes effilées légèrement grillées au préalable à la poêle.

