



Banque Alimentaire
de l'Isère

Crumble au fenouil

INGRÉDIENTS

Pour 6 gourmands :

Pour la garniture:

- 3 gros fenouils
- le jus de 2 oranges
- 2 échalotes
- Huile d'olive

Pour la pâte à crumble:

- 100 g de beurre
- 120 g de farine
- 100 g de parmesan râpé
- 1 cuillère à soupe de thym (facultatif)

Temps de préparation :
15 minutes

Temps de cuisson :
40 minutes

**Coût : entre 1 et 1,5€ /
personne**

PRÉPARATION

- Beurrer votre moule. Retirer la première coque des fenouils et émincez-les finement. Emincer les échalotes.
- Dans une sauteuse ou une grande poêle, verser l'huile d'olive puis faire revenir quelques minutes les échalotes.
- Ajouter le fenouil et le jus d'orange et laisser cuire 15 min à feu doux.
- Monter le feu un peu plus fort quelques minutes de façon à légèrement confire le fenouil.
- En parallèle préchauffer votre four à 210° (th 7). Réaliser votre pâte à crumble en mélangeant le beurre coupé en morceaux, la farine, le parmesan et le thym.
- Malaxer la pâte avec les doigts jusqu'à obtention d'une pâte sableuse (pour une version express, utiliser votre robot pour la pâte à crumble).
- Déposer le fenouil fondu au fond du plat puis la pâte à crumble.
- Mettre au four 25 min.
- Servir chaud en plat unique ou en accompagnement d'un poisson