

## COMPOTES

Pour 4 coupelles

### POMMES - POIRES

3 pommes

1 grosse poire

2c.s. de sucre roux

Graines de pavot (facultatif)

### POMMES - ANANAS

3 pommes

200gr d'ananas (frais ou surgelé)

1/4 gousse de vanille

2c.s. de sucre roux



Eplucher les pommes et l'ananas et couper les en petits morceaux. Fendre le morceaux de vanille en deux et gratter les graines avec la pointe d'un couteau. Mettre les fruits et la vanille dans une casserole, ajouter un peu d'eau dans le fond et faites cuire 15/20min à feu doux. Quelques minutes avant la fin de la cuisson ajouter le sucre et mélanger. Laisser refroidir.