



0501

## Carrés fruités à l'érable

### INGRÉDIENTS

1/2 tasse de beurre salé  
3 tasses de flocons d'avoine à cuisson rapide  
1 tasse + 2 c. à soupe de farine tout usage  
1/2 tasse de sirop d'érable  
2 c. à soupe d'eau  
2 pommes coupées en petits dés  
2 tasses de petit fruits surgelés ou frais  
1/2 tasse de tartina de petits fruits sans sucre ajouté Bleu et Bon  
1/2 tasse de flocons de sucre d'érable



### PRÉPARATION

Préchauffer le four à 350 °F. Tapisser un moule carré de 20 cm (8 po) de côté de papier parchemin en laissant dépasser sur deux côtés pour faciliter le démoulage.

Dans un grand bol allant au micro-ondes, faire fondre le beurre environ 30 secondes. Ajouter les flocons d'avoine, 250 ml (1 tasse) de farine, le sirop d'érable et l'eau. Bien mélanger jusqu'à l'obtention d'une texture humide et homogène.

Déposer environ les deux tiers de ce mélange dans le moule. Presser fermement avec une fourchette ou les doigts pour former une base compacte et uniforme.

Dans un autre bol, déposer les pommes en dés. Ajouter les petits fruits surgelés, sans les décongeler, ainsi que les 30 ml (2 c. à soupe) de farine. Mélanger pour bien enrober les fruits.

Incorporer la tartina de petits fruits et mélanger délicatement.

Répartir uniformément le mélange de fruits sur la base à l'avoine. Émietter le reste du mélange à l'avoine sur le dessus sans presser. Saupoudrer de flocons de sucre d'érable.

Cuire au four de 55 à 60 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et que la garniture bouillonne légèrement sur les côtés.

Laisser tiédir complètement avant de couper en 9 carrés.

Cette recette provient du site internet "genevieveogleman.ca"

Dessert

Catégorie

Fruits

Sous-catégorie

25/03/2026/

Date

9

Portions

00:15

Préparation

1:00

Cuisson