

Grands-pères dans le sirop

- Portions : 8
- Temps de préparation : 15 minutes
- Temps de cuisson : 30 minutes

Information nutritionnelle

Par portion : calories 550; protéines 8 g; matières grasses 14 g; glucides 97 g; fibres 1 g; fer 4 mg; calcium 127 mg; sodium 368 mg.

Ces grands-pères dans le sirop nous transportent directement dans une cabane à sucre le temps d'une bouchée parce qu'on n'a jamais trop de recettes de desserts à base de sirop d'érable!

750 ml (3 tasses) de farine

30 ml (2 c. à soupe) de poudre à pâte

1 330 ml (1 1/3 tasse) de lait

25 ml (1/2 tasse) de beurre ramolli

1 conserve de 540 ml de sirop d'érable

2,5 ml (1/2 c. à thé) de sel

Préparation

1. Dans un bol, mélanger la farine avec la poudre à pâte et le sel. Incorporer le beurre, puis incorporer le lait graduellement. Remuer jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
2. Dans une grande casserole, porter à ébullition 375 ml (1 ½ tasse) d'eau avec le sirop d'érable.
3. À l'aide d'une cuillère à crème glacée, former quelques boules de pâte et les déposer dans le sirop d'érable bouillant. Cuire quelques grands-pères à la fois. Couvrir et laisser mijoter à feu doux 15 minutes, sans soulever le couvercle. Répéter avec le reste de la pâte.