

Far breton

écrit par Pariseyn | 5 avril 2018



Voici un des desserts les plus emblématiques de Bretagne, avec les biscuits, crêpes et autre kouign-amann. Décliné ici en deux versions pour varier les plaisirs : une aux pruneaux (probablement la plus connue) et une aux pommes, c'est aussi délicieux que simple à préparer.

Ingrédients, pour 6 personnes :

Pour la pâte :

125 g de farine T45

125 g de sucre

2 sachets de sucre vanillé

4 œufs

30 ml de rhum

$\frac{1}{2}$ sachet de levure chimique

750 ml de lait entier

1 pincée de sel

Pour la garniture aux pommes :

4 pommes (acidulées)

50 g de beurre demi-sel

2 cuillérées à soupe de sucre en poudre

Pour la garniture aux pruneaux :

250 g de pruneaux dénoyautés

Préparation aux pommes :

Eplucher les pommes et les couper en tranches.

Faire chauffer le beurre dans un poêle à feu vif. Lorsqu'il est très chaud, y dorer les pommes 2 minutes puis ajouter le sucre pour faire caraméliser.

Verser les pommes dans un moule à manquer ou dans 6 ramequins individuels.

Préparation de la pâte :

Préchauffer le four à 240 °C.

Dans un récipient, mélanger la farine, la levure chimique, le sucre, le sucre vanillé et la pincée de sel.

Creuser un puits et y casser les œufs.

Tourner en mélangeant avec une cuillère en bois en commençant par le centre et en élargissant les cercles pour incorporer petit à petit la farine.

Faire chauffer le lait avec le rhum et le verser lentement sur la pâte en tournant vivement le mélange.

Verser la pâte sur les pommes et enfourner.

Cuire jusqu'à ce que la pâte gonfle (entre 10 et 15 minutes), puis baisser à 180 °C et cuire encore 20 à 25 minutes.

Démouler une fois que le(s) gâteau(x) est(sont) tiède(s).

Pour la version aux pruneaux :

On fait chauffer les pruneaux avec le lait au rhum, puis on verse doucement le lait dans la pâte, les pruneaux restants au fond de la casserole arriveront en dernier. Les répartir dans les ramequins en cas de fars individuels.

Le reste est identique.

