



Crumble healthy aux pommes, aux noix et aux fruits secs

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Recette pour 8 personnes

Ingrédients

- 75 gr de mélange de noix Seeberger
- 25 gr de noix de pécan Seeberger
- 50 gr de figues séchées Seeberger
- 10 gr de pistaches vertes Seeberger
- 40 gr de cranberries Seeberger
- 75 gr de flocons d'avoine
- 650 gr de pommes acidulées
- 1 cuillère à soupe de sirop d'érable
- 1 cuillère à café de cannelle
- ¼ cuillère à café de cardamome
- 30 gr d'huile de coco
- 1 pincée de sel

1. Préchauffer le four à 180 °C.
2. Hacher finement le mélange de noix et les flocons d'avoine dans un robot.
3. Hacher grossièrement les noix de pécan, les figues et les pistaches.

4. Faire fondre l'huile de coco dans une petite casserole à feu doux. Ajouter les noix hachées, les cranberries et une pincée de sel au mélange composé de flocons d'avoine et de noix et bien mélanger.
5. Couper les pommes en quartiers, puis en morceaux. Les mélanger avec le sirop d'érable, la cannelle et la cardamome.
6. Mettre la préparation dans un plat allant au four. Étaler les noix sur le dessus et laisser cuire au milieu du four pendant 20 minutes. Servir chaud ou tiède.

© [Seeberger](#)