

## Les pommes au four

### Ingrédients:

- 4 pommes
- 2 cuillères à soupe de sucre (1/2 cuillère à soupe/pomme)
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 cuillère à café de cannelle (1/4 de cuillère à café/pomme) ou de 4épices
- beurre
- confiture selon vos goûts (1 cuillère à café par pomme)

### Préparation:

Etape 1: Lavez les pommes et essuyez-les.

Etape 2: Ôtez les pépins des pommes à l'aide d'un vide pommes ou d'un économe en essayant de ne pas transpercer la pomme.

Etape 3: Disposez-les dans un plat à micro-ondes.

Etape 4: Comblez le trou de chaque pomme avec le sucre, le sucre vanillé et la cannelle. Ajoutez une noix de beurre sur chaque pomme.

On peut ajouter un peu de confiture

Etape 5: Mettez le plat au four micro-ondes, couvrez avec une cloche (pour ne pas que cela gicle partout) et mettez 6 à 10 minutes puissance 750 w.

