

# Recettes de cuisine de base diverse

## Préparation du fruit à pain à cuisiner ultérieurement

### Ingrédient

- 1 fruit à pain

Budget : €

Difficulté : facile

Préparation : 30 mn

Faire bouillir de l'eau.

Couper le fruit à pain en 4.

Enlever le cœur.

Couper en petits morceaux.

Plonger 2 mn les morceaux pour les « blanchir » dans l'eau bouillante.

Egoutter les morceaux et les passer sous l'eau froide.

Laisser refroidir.

Mettre en sachet et déposer au congélateur