

RECETTE

RESTAURATION

# Far aux pruneaux de Huismes

*Cette recette de far aux pruneaux est une valeur sûre : elle me vient de ma grand-mère ! C'est une cuisine simple mais avec de bons produits, de l'amour dans les préparations et de la convivialité dans la dégustation.*

Les quantités sont idéales pour 6 personnes.

Pour un gâteau savoureux et bien moelleux, il est important de le faire cuire dans un plat adapté : il faut que le far soit épais. Éviter donc de perdre l'appareil (le mélange à cuire) dans un plat trop grand.

©Bandeau : Freepik

## INGRÉDIENTS

4 œufs	800g de pruneaux
80g de sucre	100g de farine
1 pincée de sel	½ l de lait (cru ou entier au rayon frais)
1 verre à liqueur d'eau de vie de prune	1 grosse noisette de beurre ½ sel

## ÉTAPES DE LA RECETTES

Faites préchauffer votre four à 170° C (privilegiez sur votre four un mode de cuisson « pâtisserie » ou « chaleur tournante »).

Mélangez la farine, les œufs et le sucre.

### C'EST SA RECETTE



#### VIRGINIE BELHANAFI

Cheffe du service  
Tourisme et médiation  
des patrimoines au Parc  
Loire-Anjou-Touraine  
Dans ma famille, les  
générations se  
succèdent et le principal  
héritage demeure la  
cuisine.  
On cuisine ensemble et  
on en est fier !

### NIVEAU

Facile

### SAISON

Toute l'année

Ajoutez le lait puis l'eau de vie de prune (ou kirsch).

Beurrez généreusement le moule (n'hésitez pas à laisser quelques petits bouts de beurre dans le fond du plat).

Disposez les pruneaux dans le moule.

Versez la préparation sur les pruneaux.

Enfournez pour environ 45 min (le temps est variable suivant les fours, testez régulièrement la cuisson en piquant un couteau dans la préparation).

Laissez refroidir et sucrez le dessus.

#### DURÉE

10 min de préparation

#### DURÉE

45 min de cuisson

## PRODUIT LOCAL



### Le pruneau de Tours

La production des pruneaux de Tours a une origine ancienne. Rabelais la mentionnait déjà au 16<sup>e</sup> siècle, Pantagruel recommandant à Panurge de manger entre autres "quelques pruneaux de Tours". Obtenu par un séchage prolongé d'une prune, cette spécialité était produite dans sud-ouest de la Touraine. Très appréciée, elle était vendue à Tours et même exportée à l'étranger grâce à la marine de Loire.

Sa production décline après la Première Guerre mondiale et Huismes fut la dernière commune à produire des pruneaux de Tours. Aujourd'hui, des fours à pruneaux sont encore bien visibles à Huismes, accolés aux maisons ou creusés dans le tuffeau des habitations troglodytiques.

Vous pouvez trouver des pruneaux de Tours : à l'épicerie solidaire de l'Huismes ou au magasin Reines de Touraine à Rivarennnes.

# Les autres recettes



## Tarte au Sainte-Maure-de-Touraine AOP, épinard et touche de miel

**RECETTE** **RESTAURATION**

Je vous propose une recette de tarte printanière savoureuse, avec son bon fromage de chèvre chaud, accompagnée d'une petite salade et sa vinaigrette...

[Lire la suite +](#)



## Gâteau aux noix du Richelais

**RECETTE** **RESTAURATION**

Savourez un délicieux gâteau aux noix, que j'ai choisi de réaliser avec une variété particulièrement bien adaptée à la Touraine : la Franquette. Cette...

[Lire la suite +](#)



## Champignons à la montsorellienne

**RECETTE** **RESTAURATION**

Découvrez ma recette « minute », extrêmement simple et ultra-rapide ! Mais délicieusement bonne qui sait plaire à toute la famille.

[Lire la suite +](#)