

Autres desserts aux fruits

Barres à la figue



1h40 **20 min** **1h** **20 min** **340**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les barres à la figue

125 g **Flocons d'avoine**
70 g **Figue séchée**
50 g **Farine**
50 g **Beurre doux**
50 g **Sucre roux**
1 c. à café **Bicarbonate de soude**

Étape 1

Préparation des figues

- 1 Préchauffer le four à 170 °C (Th. 5-6).
- 2 Retirer les petites tiges des figues, puis verser les figues dans une casserole. Les couvrir d'eau. Mettre sur feu vif et laisser bouillir pendant 30 minutes.
- 3 Ensuite égoutter les figues et les verser, encore chaudes, dans le bol du robot muni de la feuille.
- 4 Mettre en marche le robot à vitesse moyenne, jusqu'à obtenir une consistance bien lisse.
- 5 Quand obtient une pâte, débarrasser les figues dans un saladier.

Étape 2

Préparation de la pâte

- 1 Mettre le beurre dans le bol du robot.
- 2 Ajouter le sucre roux, la farine, les flocons d'avoine et le bicarbonate de soude.
- 3 Mettre en marche le robot, lentement au début, puis plus rapidement.
- 4 Quand le beurre est mélangé aux autres ingrédients, verser le tout dans un saladier.

- 5 Mélanger grossièrement les ingrédients à la main.
- 6 Chemiser un moule carré de 23 x 33 cm avec du papier sulfurisé. Verser la moitié de la préparation. Tasser à l'aide des mains ou d'un verre.
- 7 Bien tasser dans les coins, ajouter un peu de pâte si nécessaire.
- 8 Répartir dessus les figues. Bien étaler.
- 9 Recouvrir du reste de pâte. Tasser.
- 10 Mettre au four pendant environ 30 minutes jusqu'à ce que la croûte soit dorée.

Étape 3

Dressage

- 1 Vérifier la cuisson du gâteau puis le sortir du four.
- 2 Laisser refroidir dans le moule pendant environ 20 minutes.
- 3 Le démouler, le poser sur le plan de travail puis découper des barres.