

Sanguines au sirop, yaourt et pistaches

(Pour 4 personnes. Préparation : 10 min. Cuisson : 1 h 30, à l'avance.)

- 4 petites oranges sanguines, bio (*)
- 300 g de sucre blond
- 1 litre d'eau
- 2 éclats d'anis étoilé
- 1/2 gousse de vanille

Pour servir :

- Yaourt à la grecque, de vache ou de brebis
- Pistaches râpées

1. Rincez les oranges et épongez-les.

2. Faites bouillir l'eau dans une casserole pouvant contenir les 4 oranges. Ajoutez le sucre, l'anis étoilé et la vanille fendue en deux et portez à ébullition. Une fois le sucre fondu, mettez les oranges dans le sirop et laissez mijoter 1 h 30, en retournant les oranges de temps en temps – elles ont tendance à rester toujours la même face en l'air !

3. Au bout d'1 h 30, les oranges sont tendres, égouttez-les et réservez-les. Faites réduire leur sirop afin qu'il épaississe légèrement. Nappez-en les oranges, laissez refroidir puis réservez au frais.

4. Servez les oranges coupées en deux, avec une cuillerée de yaourt, parsemé de pistaches râpées.

– J'ai choisi du yaourt, mais vous pouvez aimer une crème glacée, un sorbet, un fromage blanc...

(*) Les oranges sont en général assez petites, mais si vous utilisez des oranges non sanguines, choisissez-les petites et à peau fine. Et en saison, essayez les mandarines, c'est tout aussi excellent mais moins joliment coloré et plein de pépins !