

# Voyage au Royaume-Uni

## Crumble baies de sureau et pommes / Black elderberry-apple crumble



Sureau noir / Black elderberry  
Hederaea Zérogluten VégéBrest par Mj Allenbach

Au Royaume-Uni, lors de la Seconde Guerre Mondiale, rationnement oblige, la pâte crumble voit le jour car les ingrédients nécessaires à la préparation de tartes nécessitant trop de farine, de beurre et de sucre, il fallut diminuer les doses. L'adjectif anglais crumbly signifie « friable ».

The crumble, also known as the **brown betty**, is a dish of British origin. Crumbles became popular in Britain during World War II, when the crumble topping was an economical alternative to pies due to shortages of pastry ingredients as the result of rationing. To further reduce the use of rationed flour, fat and sugar, breadcrumbs or oatmeal could be added to the crumble mix



Crumble pomme et baies de sureau / Elderberry-apple crumble

### Ingrédients pour le crumble

100 gm de baies de sureau  
500 gm de pommes  
10 càs de sucre blond bio  
10 càs d'huile d'olive extra vierge bio  
20 càs de farine de millet/riz  
10 càs de cassonade  
1 pincée de bicarbonate

### Préparation

Retirer les baies leurs tiges et les laver.  
Épépiner, éplucher et couper les pommes en petits cubes.  
Mélanger les pommes coupées aux baies et au sucre blond et les mettre dans un plat allant au four.  
Frotte la farine riz/millet tamisée à l'huile d'olive, ajouter la cassonade, le bicarbonate  
Parsemer les fruits de crumble, l'enfoncer légèrement avec une fourchette  
Enfourner dans un four préchauffé à 180°C. Faire cuire jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.

### Ingredients for the crumble

100 gm of elderberries  
500 gm of apples  
10 ts of blond cane sugar  
10 ts of extra virgin olive oil  
20 ts of millet/rice flour  
10 ts of light brown sugar  
1 pinch of bicarbonate

### Method:

Pull the berries off their stalks and wash them.  
Core, peel and chop the apples.  
Mix the chopped apple together with the berries and blond cane sugar and put into an ovenproof dish.  
Rub the extra virgin olive oil into the sieved millet/rice flour, add the brown sugar, the bicarbonate  
Sprinkle the mixture over the fruit and press down lightly with a fork  
Bake in a preheated 180°C (350°F) oven until golden brown and filling is bubbling.

*Bon appétit !*