

Pouding chômeur à l'érable dans une tasse (Le palais gourmand)

Gâteau:

3 c. à table de farine tout usage

1 c. à table de cassonade

1/4 c. à thé de poudre à pâte

1 pincée de sel

1 c. à table de beurre ramolli

2 c. à table de lait

2-3 gouttes d'extrait de vanille ou érable

Dans une tasse à café d'environ 375 ml (1 1/2 tasse), mélanger à la fourchette la farine, la cassonade, la poudre à pâte, le sel et le beurre jusqu'à ce que le beurre ait la grosseur de petits pois. Incorporer le lait (et la vanille). Mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène.

Sirop:

3 c. à table de sirop d'érable

1 c. à table d'eau

Dans un petit bol, mélanger le sirop d'érable et l'eau. Verser sur la pâte. Déposer la tasse sur une assiette pour permettre de recueillir les dégâts si le pouding déborde de la tasse pendant la cuisson. Cuire au four à micro-ondes 1 minute. Poursuivre la cuisson de 15 à 20 secondes ou jusqu'à ce que le gâteau soit bien cuit au centre. Laisser tiédir 5 minutes avant de manger.