 **Pêches au miel**

[](http://storage.canalblog.com/76/36/501700/44321059.jpg)

**Pour 7 Croquant-Gourmands :**

**- 4 pêches  
- 4 càs de miel  
- ½ verre de jus d'orange  
- 1 càs de rhum**

* Plonger les pêches quelques secondes dans de l'eau bouillante. Les éplucher.
* Les couper en 2 et retirer délicatement le noyau.
* Choisir un récipient contenant les ½ pêches (pour moi une poêle a fait l'affaire).
* Mettre le miel dans la poêle. Ranger les ½ pêches côte à côte.
* Porter à ébullition puis faire cuire quelques minutes à frémissement en retournant souvent et délicatement les fruits.
* Retirer les fruits et les poser dans un plat creux.
* Ajouter dans la poêle le jus d'orange et porter à ébullition en remuant bien à la cuillère de bois, jusqu'à ce que le liquide réduise et s'épaississe.
* Retirer du feu, ajouter le rhum et bien mélanger.
* Verser la sauce sur les pêches et laisser refroidir avant de garder au réfrigérateur.