

Le fondant: sa mise au point

Le fondant ou glaçage est une masse de sucre à l'état semi cristallisé. Il est utilisée en pâtisserie et confiserie pour enrober des bonbons, glacer des gâteaux comme les éclairs ou les religieuses.

Vous pouvez le préparer vous même mais je vous conseille de vous simplifier la vie en achetant du fondant déjà prêt soit directement chez votre pâtissier, dans une boutique spécialisée si vous avez la chance d'en avoir une près de chez vous ou sur Internet. Le fondant est un produit qui se conserve bien au frais et vous pouvez l'aromatiser ou le colorer comme vous le désirez.

Vous aurez besoin d'un thermomètre de cuisson pour finir de le préparer car sa température ne doit pas dépasser 37°.

Vous trouverez des adresses pour le commander sur Internet en cliquant [ici](#).

Ingrédient pour la préparation finale du fondant:

- 250 gr de fondant blanc
- sirop de base : 40 g d'eau, 50 g de sucre semoule, et si vous désirez l'aromatiser au chocolat prévoyez 1 grosse cuillerée à café de cacao en poudre

Matériel:

Vous aurez besoin d'un thermomètre de cuisson.

Mise au point du fondant:

- Dans une casserole versez l'eau et le sucre pour faire le sirop.
- Portez à ébullition (et ajoutez le cacao si vous désirez l'aromatiser au chocolat). Mélangez bien et retirez du feu.



Ajoutez le cacao au sirop

- Dans une autre casserole verser le fondant . Chauffez le à feu très doux en y ajoutant un peu du sirop au cacao de manière à détendre le fondant qui est assez épais. Vous n'aurez pas besoin de la totalité du sirop: donc versez le sirop sur le fondant par petite quantité et surveillez que le fondant devienne un plus liquide mais pas trop: il doit être sirupeux. La température de cuisson de ce fondant ne doit pas dépasser 37° sinon il perdra de son brillant.



Le fondant est prêt

Le fondant est prêt: il doit être souple, lisse, brillant et un peu épais. Vous pouvez l'utiliser maintenant pour vos glaçages.

S'il vous en reste mettez le dans un récipient hermétique, de préférence avec un papier sulfurisé au contact pour éviter la formation d'une croûte en surface.

Conservez le au frais; pour le réutiliser il suffit de le remettre au point comme vous venez de le faire à l'aide d'un peu de sirop car il va redevenir un peu épais.



Le fondant

Crème au beurre

La préparation de cette crème foisonnée est plus facile à l'aide d'un robot équipé d'un fouet (type Kitchenaid) que d'un fouet à main. Le beurre va fixer les bulles d'air sous l'action du fouet (appelé aussi foisonnement) et donner un côté fondant et moelleux à cette crème.

Vous aurez besoin d'un thermomètre de cuisson pour plus de facilité.

Ingrédient:

- 75 g de lait entier
- 30 g de sucre semoule
- 60 g de jaune d'œuf (un jaune pèse environ 20 g)
- 30 g de sucre semoule (ce n'est pas une erreur: vous avez encore besoin de 30 g de sucre)
- 250 g de **beurre pommade** doux

Préparation:

- Préparez votre beurre pommade pour qu'il ait la consistance d'une crème épaisse, lisse et homogène en le travaillant à la fourchette après l'avoir coupé en tout petits morceaux. Résistez à la tentation de le passer au micro onde: il ne faut surtout pas qu'il fonde même en partie. N'hésitez pas à le sortir du frigo une heure avant pour pouvoir mieux le travailler.
- Fouettez les jaunes d'œufs et 30 g de sucre dans le bol de votre robot pour les blanchir.
- Dans une casserole faire chauffer le lait et 30 g de sucre. Portez à ébullition. L'idéal est d'atteindre 120°.
- Dès que l'ébullition est atteinte retirez du feu et versez le lait immédiatement et très progressivement en filet mince sur les jaunes blanchis afin de ne pas les coaguler tout en continuant à fouetter. Continuez à fouetter jusqu'à complet refroidissement. Cela prend 10 à 15 mn.
- D'où l'utilité d'un robot ménager type KitchenAid ou encore mieux Kenwood Cooking Chef (muni d'une plaque à induction vous maîtrisez la cuisson à 2 ° près donc plus d'angoisse de surcuisson ni besoin d'un thermomètre). Si vous pâtissez souvent c'est un bonne idée que d'investir dans ce type de robot même si le budget est un peu élevé vous ne le regretterez pas.
- La préparation doit redescendre à 30° pour pouvoir incorporer le beurre pommade sinon le beurre fondra.
- Incorporez le beurre et continuez à battre lentement: si vous fouettez trop vivement (surtout avec un fouet électrique) la température va de nouveau s'élever et le beurre risque de fondre.
- A la fin la préparation a doublé son volume et lorsque vous soulevez votre fouet elle fait le « bec »: des pics en forme de bec d'oiseau se forme sur le fouet.Vous obtenez une crème bien foisonnée : le beurre incorpore

de l'air et s'allège.



Le « bec d'oiseau »

- Vous pouvez alors aromatiser la crème : avec du praliné, de l'extrait de café, de l'extrait de vanille, etc.
- Mettez la crème dans une poche avec une douille de votre choix.
- Attention à la manière dont vous tenez votre poche : si vous la mettez entièrement dans votre main vous allez la chauffer et le beurre risque de fondre... Donc twistez bien le haut de la poche et poussez avec votre main droite sur le fond de celle-ci et non sur ses côtés. Dirigez le geste en tenant le bout, côté douille, avec la main gauche. De cette manière vos mains n'entourent pas la poche, risquant ainsi de chauffer son contenu. Regardez sur la vidéo suivante la tenue de la poche et son maniement:
- Si vous ne l'utilisez pas de suite réservez au frais.
- Ne perdez pas de vue que c'est une crème au beurre qui craint énormément la chaleur! S'il fait chaud dans votre cuisine remettez la de temps à autre au frais pour éviter que le beurre ne fonde: les pâtisseries travaillent dans des laboratoires où la température est bien plus fraîche que dans votre cuisine!

Crème pâtissière (au chocolat)

C'est une crème préparée à chaud à base de jaunes d'œufs, de sucre, de lait et épaissie avec de la farine. Elle est utilisée en garniture dans beaucoup de préparations pâtisseries: tartes, choux...

Ingrédients:

- 1 litre de lait
- 90 g de sucre semoule (reparti en deux fois 45 g)
- 140 g de jaune d'œuf (un jaune fait environ 20 g)
- 60 g maïzena ou féculé de maïs tamisé
- une gousse de vanille
- 270 g de chocolat de couverture à 55 % en pastilles ou coupé en petits morceaux (si vous désirez la parfumer avec du chocolat)

Matériel:

- un fouet ou un mixeur muni d'un fouet
- un grand plat à gratin
- film alimentaire

Préparation de la crème pâtissière au chocolat

- Versez les pastilles de chocolat dans un grand bol et réservez.
- Fendez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et à l'aide d'un petit couteau grattez chaque côté pour en extraire les grains que vous ajouterez à votre lait.



gratter la gousse de vanille

- Portez le lait, la moitié du sucre (45 g) et la vanille à ébullition tout en mélangeant avec un fouet pour éviter que le lait n'accroche dans le fond de la casserole. Retirez alors du feu et réservez juste le temps de blanchir les œufs (étape suivante).
- Dans un grand bol fouettez vivement les jaunes d'œufs et le sucre restant (45 g) pour les blanchir: les jaunes perdent leur belle couleur dorée et deviennent plus pâles.



versez le sucre sur les jaunes



Le mélange blanchit

- Attention: évitez de laisser les jaunes et le sucre en contact trop longtemps: le sucre » brûle » les jaunes et cela altérera le résultat final. Donc restez concentré à votre poste jusqu'à ce que vous ayez finalisé votre crème!
- Ajoutez la maïzena tamisée aux œufs blanchis et mélangez délicatement.



Ajoutez la maïzena aux oeufs

- Versez un peu de votre lait chaud dans cette préparation et fouettez pour bien lier le tout . Répétez l'opération 2 ou 3 fois de manière à ce que les œufs ne coagulent pas à cause de la chaleur.



Versez une partie du lait progressivement sur les oeufs

- Reversez l'ensemble dans la casserole de lait toujours en mélangeant bien.



Reversez le tout dans la casserole de lait

- Remettre la casserole sur le feu.
- Pour cuire la crème portez ce mélange à ébullition 2 à 3 mn sans jamais arrêter de tourner avec votre fouet et en n'oubliant pas les coins de la casserole.



Remettre sur le feu et ne pas arrêter de mélanger sans oublier les bords!

- Quand la crème est assez épaisse retirez la du feu et versez les pépites de chocolat dedans (si vous ne désirez pas la parfumer avec du chocolat n'en rajoutez pas et passez à l'étape suivante: Versez alors dans le grand plat en faible épaisseur) . Quand le chocolat est fondu remettez sur le feu tout en continuant à mélanger.



Hors du feu versez les pépites de chocolat et mélangez

- Retirez dès que l'ébullition redémarre.



Remettre sur le feu jusqu'à reprise de l'ébullition

- Versez alors dans le grand plat en faible épaisseur. Il faut verser la crème sur une petite épaisseur pour faciliter son refroidissement qui doit être rapide.



Versez dans un plat sur une petite épaisseur

- Filmmez la crème au contact avec le film alimentaire: le film doit recouvrir toute la surface de la crème en la touchant: cela évite la formation d'une sorte pellicule à sa surface due au dessèchement.



Filmez au contact

- Mettez le plat au frigo pour refroidir complètement avant utilisation.

Méli mélo de calmar, crémeux de pommes de terre aux œufs de saumon

Ce plat servi tiède en entrée ou chaud en plat de résistance, vous étonnera par ses parfums et surtout par la légèreté du crémeux de pommes de terre réalisé au siphon. Cela donne une texture à la fois onctueuse et aérienne à la purée qui est absolument extraordinaire!

Pour plus de précisions sur la technique et l'utilisation du siphon cliquer [ici](#).



Méli mélo de calmar, mousse
légère de pommes de terre
aux œufs de saumon

Difficulté: technique en ce qui concerne le crémeux de pommes de terre

Ingrédients (pour 4 personnes)

1. Pour le méli mélo de calmar:

- un poivron rouge et un jaune (pour amener de la couleur en plus des parfums)
- 4 corps de calmar
- 2 cà s de jus de citron
- 1 c à s de vinaigre balsamique (si possible un vinaigre type crème balsamique)
- 1 grosse échalote
- huile olive
- sel
- poivre



méli mélo de calmar:
ingrédients

2. Pour le crémeux de pommes de terre:

- 400 g de pommes de terre
- 4 dl de fond de volaille
- 3 dl de crème liquide entière
- 20 g de beurre
- un bouquet grani (poireau, laurier, thym, persil)
- un oignon
- une pincée de gros sel



crémeux de pommes de terre:
ingrédients

Matériel:

- un siphon de 1 litre
- un **chinois**
- un **cercle** (pour le dressage)

Préparation:

1. Pour le méli mélo de calmar

- Épluchez et ciselez l'échalote très finement.



Taillez l'échalote en tous petits dés

- Coupez les poivrons en tous petits dés.



Coupez les poivrons en tous petits dés

- Faire de même avec les corps de calmar.



Coupez le calmar en petits dés

- Dans une poêle faire revenir l'échalote 2 mn avec un peu d'huile d'olive.



Faire revenir l'échalote

- Ajoutez les dés de poivrons et cuire 5 mn.



Ajoutez les poivrons

- Ajoutez les dés de calmar et cuire 2 mn (le calmar cuit extrêmement vite) tout en remuant en permanence.



Ajoutez les ds de calmar

- En fin de cuisson déglacez avec le jus de citron et le vinaigre balsamique. Bien mélanger. Salez et poivrez.



Déglacez avec le citron et la crème balsamique

- Retirez du feu et filtrez le jus.



Filtrez le jus de cuisson et
de déglçage

- Réservez le méli mélo à température ambiante.
- Versez le jus de cuisson dans une petite casserole et faire réduire jusqu'à ce que le jus soit un peu sirupeux et réservez dans une pipette ou un petit flacon..



Réduire le jus de cuisson
des calmars

2. Pour la mousse légère de pommes de terre:

- Epluchez l'oignon et l'émincer tres finement.



Taillez l'oignon très
finement

- Épluchez les pommes de terre et les tailler aussi en petits cubes.



Taillez les pommes de terre en petits cubes

- Dans une casserole faire fondre le beurre, ajoutez les oignons 2 à 3 mn à feu doux. Cuire sans coloration.



Faire revenir l'oignon avec le beurre

- Ajoutez les dés de pommes de terre aux oignons et faire revenir doucement sans coloration 2 mn de plus.



Ajoutez les dés de pommes de

terre

- Ajoutez alors le fond de volaille et le bouquet garni et une petite pincée de gros sel. Les pommes de terre doivent être recouvertes à hauteur par le fond.



Ajoutez le fond , le bouquet garni et les gros sel

- Cuire environ 20 mn à feu doux. Le temps de cuisson dépendra de la taille de vos petits cubes: plus ils seront gros plus le temps de cuisson sera long. Vérifiez la cuisson à l'aide d'une petite pointe de couteau: les pommes de terres doivent être tendres et le fond complètement absorbé.



Fin de cuisson des pommes de terre: le fond est absorbé.

- Chauffez la crème au micro onde.

- Puis passez les pommes de terre et oignons au mixeur plongeant avec la crème chaude pour bien lisser la préparation. Important: procédez par petits accoups sinon les pommes de terres deviendront collantes ce qu'il faut absolument éviter (en termes techniques on dit que la purée corde): pour éviter cela il faut que les pommes de terre soient encore chaudes et la crème soit réchauffée au micro onde avant de mixer.



Mixer les pommes de terre et la crème réchauffée

- La purée doit être à la fois crémeuse et faire le ruban.



Purée crémeuse

- Passez la préparation au chinois (opération indispensable avant de verser dans le siphon!).



Filtrez le crémeux de pommes de terre

- Mettre la préparation dans le siphon, secouez.
- Si vous n'utilisez pas de suite le siphon placez-le au bain marie à 40° en attendant de dresser (si vous avez un Gourmet Whip). Si vous avez un Thermo Whip votre siphon gardera la chaleur pendant plusieurs heures: pour plus de précisions voir le lien sur les siphons: cliquez [ici](#)).

Dressage:

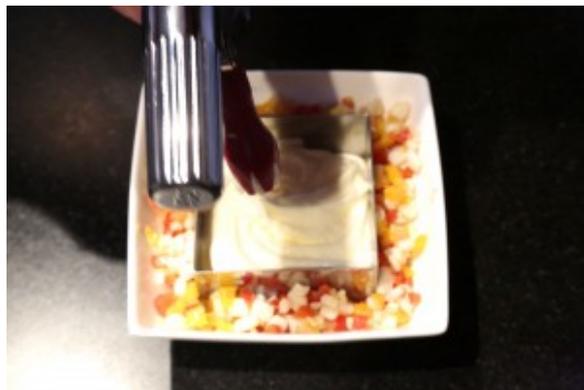
Nous avons donc les éléments suivants:

- le siphon de crémeux de pommes de terre
- le méli mélo de calmar
- les oeufs de saumon
- le jus de déglacage réduit des calmar
- Dans une assiette creuse déposez un cercle au milieu. Préférez une assiette creuse ou un bol car le crémeux s'étalera trop si vous choisissez une grande assiette.
- Tout autour du cercle déposez le méli mélo de calmar.



déposez autour du cercle le
méli mélo

- Puis remplissez l'intérieur du cercle avec le crémeux de
pommes de terre.



remplissez le cercle avec le
crémeux de pommes de terre

- Déposez sur le crémeux une cuillerée d'œufs de saumon...



Déposez une cuillerée d'œufs
de saumon au centre

- Disposez des petits points de jus de déglacage sur la purée autour des œufs et sur le méli mélo: il apportera une petite touche d'acidité.



à l'aide de la pipette déposez des gouttes de jus déglacé

- Ôtez le cercle et dégustez!

Chouquettes, éclairs et religieuses au chocolat

Que vous l'aimiez au chocolat, à la vanille, au café, l'éclair est un des grands classiques de la pâtisserie française.

C'est à Antonin Carême que l'on doit cette petite merveille déclinée à partir d'une pâtisserie de forme allongée du 19^e siècle: la duchesse déjà réalisée à l'époque avec de la pâte à choux et des amandes.

Depuis son succès ne s'est jamais démenti au point que de nombreux chefs pâtissiers de renom comme Christophe Adam ou

Philippe Conticini arrivent encore à les magnifier avec de nouvelles et sublimes créations.



Chouquettes, éclairs et religieuses au chocolat

Vous ne trouverez pas ci dessous la recette de la pâte à choux mais vous pouvez la retrouver dans la recette suivante en cliquant sur le lien suivant: **Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite**. La recette que vous y trouverez est pour environ 15 éclairs, une douzaine de religieuses ou une trentaine de chouquettes.

Nous allons traiter ci dessous 3 recettes différentes (Chouquettes, éclairs et religieuses au chocolat) mais qui sont très proches au niveau technique.

- La chouquette qui est un petit choux simplement saupoudré d'éclats de sucre.
- L'éclair que l'on ne présente plus et qui nécessite de la crème pâtissière et du fondant pour sa réalisation.
- La religieuse qui est une déclinaison de l'éclair dans

sa forme; en plus de la crème pâtissière et du fondant elle est décorée par de la crème au beurre.

Pour les chouquettes:

Vous n'aurez besoin que de:

- sucre perlé
- pâte à choux (voir **Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite**)

Préparation des chouquettes:

- Après avoir couché et doré vos chouquettes sur le **silpat**, recouvrez les généreusement de sucre perlé.



Recouvrez généreusement les chouquettes de sucre perlé

- Renversez la plaque au dessus d'un plat ou d'un **silpat**. Le sucre va adhérer aux chouquettes et le surplus retombe.



Renversez le trop versé de sucre perlé dans un plat

Vous pouvez conserver ce surplus de sucre perlé dans un récipient hermétique pour une prochaine fournée de chouquettes.

Vous n'avez plus qu'à enfourner et cuire selon les recommandations de cuisson de la recette Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite



Les chouquettes sont prêtes à cuire

A la sortie du four ne laissez pas les chouquettes à refroidir sur la plaque de cuisson mais faites les refroidir sur une grille pour éviter tout ramollissement. Elles sont prêtes à être croquées.

Pour les éclairs ou religieuses:

Ingrédients par ordre de préparation:

1/ pâte à choux (voir **Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite**)

2/la crème pâtissière :

- 1 litre de lait
- 90 g de sucre semoule (reparti en deux fois 45 g)
- 140 g de jaune d'œuf (un jaune fait environ 20 g)
- 270 g de chocolat de couverture à 55 % en pastilles ou coupé en petits morceaux
- 60 g maïzena ou féculé de maïs tamisée
- une gousses de vanille

3/ le fondant :

- 250 gr de fondant blanc (chez votre pâtissier ou à commander sur internet voir magasins et épiceries)
- sirop de base : 40 g d'eau, 50 g de sucre semoule, 1 grosse cuillerée à café de cacao en poudre

4/ la crème au beurre au café (seulement pour la décoration des religieuses):

- 75 g de lait entier
- 30 g de sucre semoule
- 60 g de jaune d'œuf (un jaune pèse environ 20 g)
- 30 g de sucre semoule (ce n'est pas une erreur: vous avez encore besoin de 30 g de sucre)
- 250 g de **beurre pommade** doux
- 6 g d'extrait de café

Préparation: le bon déroulement

Pour la préparation des choux ou religieuses respectez l'ordre suivant:

- Commencez par la pâte à choux (Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite): pour les religieuses vous devrez cuire deux fournées différentes. Une pour les têtes (couchées avec une douille de 9) et une pour les

corps (douille de 12). Ne mélangez pas différentes grosseurs pour la cuisson si vous voulez avoir une cuisson uniforme, les petites pièces prenant moins de temps à cuire que le grosses!

- Les éclairs sont couchés avec une douille de 15.
- Pendant la cuisson des choux ou éclairs préparez la crème pâtissière. Quand cette dernière est refroidie garnissez les éclairs ou les choux (têtes et corps des religieuses). Réservez les au frais.
- Préparez alors votre fondant et glacez les éclairs ou les choux (têtes et corps des religieuses). Déposez-les sur une grille que vous remettrez au frais.
- Si vous faites des religieuses vous pourrez alors préparer la crème au beurre pour leur décoration.

Préparation de la pâte à choux

Voir recette sur Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite

Préparation de la crème pâtissière au chocolat (nécessaire aux éclairs et religieuses) et garnissage des choux

Il vous faut vous munir d'un fouet et d'un grand plat (type plat à gratin) qui vous servira à verser votre crème en petite épaisseur après cuisson. Vous aurez également besoin de film alimentaire et d'une grille.

- Versez les pastilles de chocolat dans un grand bol et réservez.
- Fendez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et à l'aide d'un petit couteau grattez chaque côté pour en extraire les grains que vous ajouterez à votre lait.



gratter la gousse de vanille

- Portez le lait, la moitié du sucre (45 g) et la vanille à ébullition tout en mélangeant avec un fouet pour éviter que le lait n'accroche dans le fond de la casserole. Retirez alors du feu et réservez juste le temps de blanchir les œufs (étape suivante).
- Dans un grand bol fouettez vivement les jaunes d'œufs et le sucre restant (45 g) pour les blanchir: les jaunes perdent leur belle couleur dorée et deviennent plus pâles.



Fouettez les jaunes et le sucre



Le mélange a blanchi

- Attention: évitez de laisser les jaunes et le sucre en contact trop longtemps: le sucre » brûle » les jaunes et cela altérera le résultat final. Donc restez concentré à votre poste jusqu'à ce que vous ayez finalisé votre crème!
- Ajoutez la maïzena tamisée aux œufs blanchis et mélangez délicatement.



Ajoutez la maïzena aux œufs

- Versez un peu de votre lait chaud dans cette préparation et fouettez pour bien lier le tout . Répétez l'opération 2 ou 3 fois de manière à ce que les œufs ne coagulent pas à cause de la chaleur.



Versez une partie du lait progressivement sur les œufs

- Reversez l'ensemble dans la casserole de lait toujours en mélangeant bien.



Reversez le tout dans la casserole de lait

- Remettre la casserole sur le feu.
- Pour cuire la crème portez ce mélange à ébullition 2 à 3 mn sans jamais arrêter de tourner avec votre fouet et en n'oubliant pas les coins de la casserole.



Remettre sur le feu et ne pas arrêter de mélanger sans oublier les bords!

- Quand la crème est assez épaisse retirez la du feu et versez les pépites de chocolat dedans. Quand le chocolat est fondu remettez sur le feu tout en continuant à mélanger.



Hors du feu versez les pépites de chocolat et mélangez

- Retirez dès que l'ébullition redémarre.



Remettre sur le feu jusqu'à reprise de l'ébullition

- Versez alors dans le grand plat en faible épaisseur. Il faut verser la crème sur une petite épaisseur pour favoriser son refroidissement qui doit être rapide.



Versez dans un plat sur une petite épaisseur

- Filmez au contact avec le film alimentaire: le film doit recouvrir toute la surface de la crème en la touchant: cela évite la formation d'une sorte pellicule à sa surface due au dessèchement.



Filmez au contact

- Mettez le plat au frigo pour refroidir complètement.

La crème est refroidie: c'est le moment de garnir les choux:

- Percez par en dessous chaque éclair de 3 petits trous et chaque choux d'un seul trou avec une douille n° 5.



Percez le dessous des choux
ou des éclairs

- Sortez la crème pâtissière du frigo et versez la dans une poche à douille équipée d'une douille n°5. La vidéo suivante vous montre comment préparez votre poche à douille.
- Garnir éclairs et choux par en dessous avec la poche en s'assurant qu'ils soient bien pleins : de la crème doit légèrement ressortir par les autres trous pour l'éclair. Raclez le trop plein avec un petit couteau.



Garnir les choux

- Rangez les éclairs ou choux régulièrement sur votre grille: de cette manière les coulures n'humidifieront pas le dessous de vos choux...
- Remettre au frais et passons au fondant.

Préparation du fondant au chocolat (nécessaire aux éclairs et religieuses) et glaçage des choux:

Commençons par le sirop. Vous aurez besoin d'un thermomètre de cuisson.

- Dans une casserole versez l'eau et le sucre pour faire le sirop.
- Portez à ébullition et ajoutez le cacao. Mélangez bien et retirez du feu.



Ajoutez le cacao au sirop

- Dans une autre casserole verser le fondant . Chauffez le à feu très doux en y ajoutant un peu du sirop au cacao de manière à détendre le fondant qui est assez épais. Vous n'aurez pas besoin de la totalité du sirop: donc versez le sirop sur le fondant par petite quantité et surveillez que le fondant devienne un plus liquide mais pas trop: il doit être sirupeux. La température de cuisson de ce fondant ne doit pas dépasser 37° sinon il perdra son brillant.



Le fondant est prêt

Votre fondant est prêt: vous allez glacer vos choux.

- Ressortez les choux du frigo.
- Trempez le dessus des éclairs ou de choux dans le fondant à 37 ° sans dépasser la moitié de leur corps. Essayez d'éviter de tremper vos doigts dans le fondant.
- Ressortez le choux ou éclair de manière verticale pour que le fondant s'écoule dans la casserole et pas sur les côtés de l'éclair ou du choux.
- Enlevez l'excédent avec votre doigt ou un spatule en lissant vers le bas (le chou ou l'éclair toujours en position verticale). Regardez bien la technique sur la vidéo suivante:
- Si vous faites des religieuses glacez un corps puis une tête et placez la tête sur le corps immédiatement de façon à ce que le fondant serve de « colle » en

refroidissant. L'opération est délicate car il vous faut des choux bien réguliers.

- Recommencez jusqu'à épuisement des pièces.
- Redéposez au fur et à mesure chaque éclair ou religieuse sur la grille et remettez le tout au frais.

Les éclairs sont prêts. Si vous avez choisi de faire des religieuses passons à la crème au beurre.

Préparation de la crème au beurre (nécessaire que pour la décoration des religieuses)

La quantité de crème va vous sembler importante pour ne réaliser que des petites décorations sur vos religieuses: mais il faut savoir que si vous en préparez moins il n'y aura pas assez de quantité dans votre poche à douille pour pouvoir travailler correctement...Donc n'hésitez pas à être généreux dans votre décoration.

La préparation de cette crème est plus facile à l'aide d'un robot équipé d'un fouet que d'un fouet à main. Vous aurez également besoin d'un thermomètre de cuisson.

- Préparez votre beurre pommade pour qu'il ait la consistance d'une crème épaisse, lisse et homogène en le travaillant à la fourchette après l'avoir coupé en tout petits morceaux. Résistez à la tentation de le passer au micro onde: il ne faut surtout pas qu'il fonde même en partie. N'hésitez pas à le sortir du frigo une heure avant pour pouvoir mieux le travailler.
- Fouettez les jaunes d'œufs et 30 g de sucre dans le bol de votre robot pour les blanchir.
- Dans une casserole faire chauffer le lait et 30 g de sucre. Portez à ébullition. L'idéal est d'atteindre 120°.
- Dès que l'ébullition est atteinte retirez du feu et

versez le lait immédiatement et très progressivement en filet mince sur les jaunes blanchis afin de ne pas les coaguler tout en continuant à fouetter vivement. Continuez à fouetter jusqu'à complet refroidissement. Cela prend 10 à 15 mn.

- D'où l'utilité d'un robot ménager type KitchenAid ou encore mieux Kenwood Cooking Chef (muni d'une plaque à induction vous maîtrisez la cuisson à 2 ° près donc plus d'angoisse de surcuisson ni besoin d'un thermomètre). Si vous pâtissez souvent c'est un bonne idée que d'investir dans ce type de robot même si le budget est un peu élevé vous ne le regretterez pas.
- La préparation doit redescendre à 30° pour pouvoir incorporer le beurre pommade sinon le beurre fondra.
- Incorporez le beurre et continuez à battre lentement: si vous fouettez trop vivement (surtout avec un fouet électrique) la température va de nouveau s'élever et le beurre risque de fondre.
- A la fin la préparation a doublé son volume et lorsque vous soulevez votre fouet elle fait le » bec »: des pics en forme de bec d'oiseau se forme sur le fouet.Vous obtenez une crème bien foisonnée : le beurre incorpore de l'air et s'allège.



Le « bec d'oiseau »

- Ajoutez alors l'essence de café.



Ajoutez l'essence de café

- Mettez la crème dans une poche avec une douille cannelée fine (n°3 ou 4)
- Réservez de suite au frais
- Ne perdez pas de vue que c'est une crème au beurre qui craint énormément la chaleur!

Maintenant vous pouvez décorer vos religieuses.

- Sortez les religieuses du frigo
- Il vous faut poser le choux sur un support un peu haut que vous pouvez faire tourner (un bol retourné par exemple).
- A l'aide de la poche façonnez des petites touches de crème sur la collerette de chaque religieuse; regardez bien la vidéo pour voir le bon geste.
- Attention à la manière dont vous tenez votre poche : si vous la mettez entièrement dans votre main vous allez la chauffer et le beurre risque de fondre... Donc twistez bien le haut de la poche et poussez avec votre main droite sur le fond de celle-ci et non sur ses côtés. Dirigez le geste en tenant le bout, côté douille, avec la main gauche. De cette manière vos mains n'entourent pas la poche, risquant ainsi de chauffer son contenu. Regardez sur la vidéo suivante la tenue de la poche et son maniement:

Les petits trucs en plus:

- Si vous désirez aromatiser une crème pâtissière avec un alcool ou une liqueur les ajouter après la cuisson...
 - L'ajout de liquide acide comme le jus de citron est déconseillé: utilisez plutôt les zestes pour aromatiser.
 - La crème au beurre peut être préparée à partir de différentes préparations: crème anglaise, appareil à génoise, appareil à bombe, meringue italienne...
-

Pina Colada au siphon

Les amateurs de cocktails apprécieront toujours cette boisson où le lait de coco, le rhum et le jus d'ananas constituent un mélange exotique parfait. Cette recette au siphon lui apporte une texture mousseuse ainsi qu'une touche aérienne originale qui étonnera et ravira tous vos convives.

L'avantage du siphon est que vous pouvez la préparer à l'avance pour vous consacrer tranquillement à vos invités.



Pina Colada au siphon

Difficulté: un peu technique, matériel spécial nécessaire

Ingrédients (5/6 personnes)

- 2 dl de jus d'ananas. Si vous avez une centrifugeuse préférez le jus d'ananas frais: le résultat sera incroyablement meilleur. Un bel ananas vous donnera environ 4 à 5 dl de jus.
- 1 dl de lait de coco
- 0,7 dl de rhum
- 0,3 dl de sirop de canne
- 3 feuilles de gélatine de 2 gr
- morceaux d'ananas pour la décoration



ingrédients

Matériel:

- un siphon de 0,5 litre et une cartouche de gaz
- thermomètre de cuisson
- un entonnoir
- verrines
- un chinois ou passoire fine



matériel

Préparation : pour plus d'informations sur les siphons voir l'article « Siphon: comment bien l'utiliser »

- Hydratez les feuilles de gélatine: mettez les dans un petit récipients et couvrez les d'eau froide.



hydratez les feuilles de gélatine

- Versez tous les ingrédients sauf le rhum dans une casserole et faire chauffer très doucement: votre liquide ne doit pas dépasser 45°. Donc utilisez un thermomètre de cuisson !



Ne pas dépasser 45°

- Il est important de respecter la température donnée car la gélatine n'aime pas les liquides trop chauds et ne doit pas bouillir car elle perd alors une bonne partie de son pouvoir gélifiant.
- Entre 40 et 45° ajoutez la gélatine préalablement essorée hors du feu (serrez bien les feuilles devenues molles dans votre main).



ajoutez la gélatine ramollie

- Mélangez bien à l'aide d'un petit fouet ou d'une fourchette et ajoutez le rhum.



ajoutez le rhum

- Filtrez votre préparation avant de la verser à l'aide de l'entonnoir dans le siphon: cette opération est essentielle pour enlever toutes particules (fibres d'ananas, petits morceaux de gélatine non fondue ...) afin de ne pas boucher l'orifice de sortie de votre siphon.



opération
obligatoire:
filtrez la
préparation

- Versez la préparation dans le siphon et vissez le capuchon et la douille.
- Insérez votre cartouche de gaz.
- Secouez le siphon, tête en bas 5 ou 6 fois pour bien mélanger. Si vous utilisez un siphon pour la première fois regardez la vidéo suivante qui vous montre comment le remplir.
- Réservez au frigo, siphon couché à l'horizontale, pendant au moins 6 h en secouant régulièrement le siphon.

Dressage:

- Préparez vos verrines sur le plan de travail.
- A l'aide du siphon, tête en bas , remplissez chaque verrine et décorez avec des morceaux d'ananas.
- Servez avec une petite cuillère.

Oseriez-Vous?

Cet étrange objet, que peut être vous n'allez pas trop désirer, réalisé par Katharina Ungel (Designer industriel australienne), est appelé la Ferme 432 et elle a été conçue pour nous permettre, à la fois, d'élever nos propres larves de mouche et de les récolter pour les manger.



FARM-432

Ces mouches soldats noires, *Hermetia illucens*, composées à 42% de protéine, pleines de calcium et d'acides aminés, sont elles-mêmes alimentées par des déchets biologiques et dans les 432 heures suivant leur introduction dans la ferme, 1 gramme de larves de mouche devient 2,4 kg de viande de mouche comestible.

Les larves, selon Ungel, et les autres insectes comestibles pour l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), sont une alternative, à faible incidence par rapport à la production de viande et il est conseillé de nous y mettre!

Le fonctionnement de la Ferme 432:

La ferme comporte un premier compartiment à sa base ("Birthday place") où seront déposées quelques larves de mouches, les futures productrices de larves. Une fois à l'état de mouche, celles-ci pourront virevolter à loisir dans un "Fly Fun Park", le dôme transparent de la ferme. Elles disposeront d'un approvisionnement en eau et d'un tube à l'odeur alléchante pour déposer leurs œufs. Ceux-ci tomberont dans un troisième compartiment, le rez-de-chaussé de la ferme où ils se transformeront en larves qui se délecteront de déchets biologiques préalablement disposés au fond. Une fois correctement nourries, les larves, avant de commencer leur pupe, grimperont le long d'une rampe, attirées par la lumière

diffusée par une petite coupole transparente, pour tomber dans le récipient collecteur de viande...

La Ferme des insectes 432 n'est pas encore disponible, mais Ungel espère qu'elle le sera bientôt et que cela fera une différence dans la façon dont nous considérons nos sources de nourriture. Elle met en avant quelques arguments assez convaincants sous forme d'infographies dans sa présentation de la Ferme 432.

Non seulement les insectes sont plus riches en éléments nutritifs que la viande, mais il ne faut également que 0,157g de CO2 et presque pas d'eau pour en produire 1000 grammes à la différence d'un steak qui nécessitera, pour la même quantité de viande produite, 285 g de CO2 et plus de 2000 litres d'eau.



comparaison nutritive entre mouche et viande

L'idée est très intéressante, avec de nombreux avantages tant au niveau écologique, nutritif qu'économique mais, certainement et comme bon nombre d'entre vous, je ne l'utiliserais, pour l'instant, qu'en cas d'extrême nécessité. Certains préféreraient mourir (ou devenir végétariens), plutôt que d'insérer dans leur bouche des choses grillées qui ont plus de 4 pattes. Les habitudes sont difficiles à changer, mais nous n'aurons peut-être pas le choix.

Mais pourquoi autant de méfiance?

Si on y regarde de plus près la distinction entre le comestible et le non comestible s'établit sur des bases arbitraires: le Français mange des escargots, les chenilles riches en protéines font le bonheur de bien des Africains par exemple. Sans compter en Chine où l'on mange du chien, des foetus de canard, des yeux de poisson et autres joyeusetés dont je vous fais grâce.

J'ai même vu, au Canada, un livre de cuisine du grand chef Martin Picard qui proposait la recette de sushis...d'écureuils. Si, si! Voici la preuve en photo:



Montreal – Sushi d'écureuil

Certains goûts sont présents dès la naissance: le nouveau-né (quelque soit son origine ethnique) va apprécier d'emblée le sucré alors que l'amer va provoquer un rejet. Mais l'homme goûte également avec sa culture, son psychisme. Il confère à chaque aliment une valeur en fonction d'un apprentissage socio culturel qui débute dès la petite enfance. Et le goût dépendra aussi des expériences personnelles qu'il aura faites dans son histoire individuel . Ah! Le parfum de la madeleine de Proust...On aime ce que nos parents, notre groupe social, nos pairs, nos héros mangent en montrant à l'envie le plaisir qu'ils y prennent.

Peut-être serait-il bon de mettre de côté notre méfiance et nous montrer plus aventureux...quand on sait que la population mondiale est passée de 2.5 milliards en 1950 à plus de 7 milliards en 2012 et que cette croissance pourrait bientôt poser de sérieux problèmes politiques et socio démographiques à l'humanité.

A nous ces délicieuses et appétissantes croquettes de larves

de mouches!

Vous êtes prêts à vous lancer? Voici l'adresse d'un site où vous trouverez vos premières recettes: itada-kimasu.over-blog.com/



Bouchées gourmandes ...aux
larves de mouche

Plus de détails sur cet ingénieux prototype de ferme à insectes sur le site de Katharina Ungel.

Sources: Wikipédia et Magazine « Nourrir » juillet août 2013

Canelé en rosace de betterave et fraise, chantilly verveine

Ce petit gâteau composé de sucre, de lait, de farine, de jaune d'œuf, d'un peu de beurre et parfumé à la vanille et au rhum est un véritable régal.

Je les accompagne d'une chantilly à la verveine qui apporte une fraîcheur incomparable et d'un coulis de betteraves et fraises avec lequel je décore le fond de mon assiette.



Canelé en rosace de coulis de betterave et fraise, chantilly verveine

Ingrédients (pour une vingtaine de canelés):

Pour les canelés:

- 3 œufs (2 entiers et un jaune)
- 225 g de sucre en poudre
- 125 g de farine tamisée
- 50 cl de lait entier
- 1 c à soupe de beurre fondu
- 1 gousse de vanille
- 2 c à soupe de rhum
- 1 c à soupe de fleur d'oranger



Ingrédients du canelé

Pour le coulis de betteraves et fraises:

- 100 g de betteraves (déjà cuites et pelée : vous les trouverez sous vide en super marché – rayon frais des fruits et légumes-)
- 100 g de fraises
- 1 c à soupe légèrement bombée de sucre
- 1 c à café de vinaigre balsamique. Choisissez un vinaigre de qualité: il ne doit pas être transparent et liquide comme un vinaigre de vin rouge habituel mais il doit avoir la texture d'un coulis sirupeux et épais.



Ingrédients du coulis betterave et fraise

Pour la chantilly:

- 4,5 dl de crème fraîche liquide entière
- 0,3 dl de sirop de canne
- 3 belles branches de verveine



Ingrédient et matériel pour la chantilly à la verveine

Matériel:

- un siphon pour la chantilly
- un flacon pipette pour le coulis
- moules à canelé en silicone ou en cuivre
- des assiettes de présentation transparentes et un patron de rosace si vous désirez faire la même présentation que l'assiette du blog



moules à canelés en silicone

Préparation:

La pâte des canelés se prépare la veille car elle doit reposer idéalement 24 h.

Préparation de la pâte:

- Tamisez la farine.
- Faire fondre le beurre (au micro onde).
- Dans une grand récipient versez la farine tamisée, le sucre et la cuillerée de beurre fondu.



versez le beurre fondu dans le bol contenant la farine et le sucre

- Dans un autre grand bol cassez les deux œufs et rajoutez y le jaune du troisième œuf; battre en omelette.



battez les œufs en omelette

- A l'aide d'un petit couteau fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur et grattez les côtés pour recueillir les graines.



gratter la gousse de vanille

- Portez à ébullition le lait dans lequel vous aurez mis la vanille (la gousse et les graines). Dès ébullition retirez du feu et laissez infuser.



portez le lait à ébullition
avec la gousse de vanille et
ses graines

- Quand le lait est redescendu en température (50°) versez progressivement sur les œufs en fouettant. Si vous le versez bouillant vous ferez cuire les œufs et

ils coaguleront.



versez le lait chaud
sur les œufs battus

- Puis versez ce mélange dans le récipient farine/sucre/beurre fondu et bien mélanger : il ne doit pas y avoir de grumeaux (d'où l'utilité de tamiser la farine)! Au besoin passez la préparation au chinois pour bien faire disparaître les grumeaux.



versez le mélange
œufs/ lait sur le
mélange sucre/

farine/ beurre

- Rajoutez en dernier le rhum et la fleur d'oranger.
- Laissez reposer (24 h si possible).

- Le lendemain préchauffez votre four à 200°.
- Enduire généreusement les moules avec du beurre (surtout s'il s'agit de moules en cuivre).
- Remplir les moules au $\frac{3}{4}$.



remplir les moules
au $\frac{3}{4}$

- Enfournez et baissez de suite à 180°.
- Cuire 50 à 60 mn selon la cuisson désirée (extérieur moelleux ou plus croustillant).
- Sortez les du four et laissez les refroidir 5 mn puis démoulez les et posez les sur une grille. Ils doivent être croustillants extérieurement et moelleux à l'intérieur.
- Un canelé se conserve 4 à 5 jours. Il peut être congelé : repassez le alors au four pour lui redonner du croustillant.



canelés juste démoulés



le cœur moelleux

Coulis de betteraves et fraises:

- Équeutez les fraises et coupez les ainsi que la betteraves en petits dés.
- Dans une casseroles versez les dés de betteraves, fraises ainsi que le sucre et le vinaigre.



mettre tous les ingrédients dans une casserole

- Faire compoter doucement 15 à 20 mn.
- Passez au mixeur plongeant pour obtenir une purée bien lisse.



prenez le mélange au mixeur plongeant

- Passez cette purée au chinois étamine pour ôter les petites graines qui se trouvent sur l'extérieur des fraises.



prenez le coulis au chinois

- Versez dans un flacon pipette. Réservez au frais.
- Au moment de vous servir de la pipette pour la décoration, passez la 30 secondes au micro onde (

bouchon ouvert) et secouez le pour uniformiser la température : sinon le coulis sera trop figé pour être travaillé facilement.

Chantilly verveine (vous pouvez la préparer la veille également si vous utilisez un siphon):

- Versez la crème, le sirop et les feuilles de verveine dans une casserole et portez à ébullition.



faire chauffer la crème, le sirop de canne et les feuilles de verveine

- Dès ébullition retirez du feu et laissez infuser 15 mn.
- Passez la préparation au chinois pour en ôter les feuilles.



passez la crème au
chinois

- Versez dans le siphon; fermez le et insérez une cartouche ou 2 selon la taille de votre siphon (un pour un demi litre et deux pour un litre, indépendamment de la quantité que vous avez versé dans le siphon).
- Secouez le pour bien répartir gaz et liquide.
- Réservez au froid: si la chantilly n'est pas assez froide elle sortira liquide du siphon car trop chaude...donc préparez la 2 ou 3 heure à l'avance.

Dressage:

- Commençons par décorer l'assiette en dessinant la rosace.
- Glissez le dessin de la rosace sous l'assiette transparente.
- A l'aide de la pipette dessinez votre rosace par transparence.



dessinez votre décor à
l'aide de la pipette

- Vous pouvez préparer vos assiettes à l'avance et les garder au frais. Sortez les 15 mn avant le service.

- Déposez votre canelé.
- Terminez par une touche de chantilly à la verveine et une petite feuille de verveine en décoration.



Canelé en rosace de coulis de betterave et chantilly à la verveine

Astuces:

- Dans ma recette j'y ajoute un peu de fleur d'oranger qui se marie parfaitement avec le rhum. Je trouve que le résultat final est très proche en goût des canelés de la maison Baillardran à Bordeaux qui sont mondialement connus: ce sont d'ailleurs les meilleurs que j'ai jamais mangés!
- Selon les goûts les canelés peuvent être très croustillants extérieurement ou plus moelleux. C'est à vous de voir la cuisson que vous préférez (50 à 60 mn): la maison Baillardran vous propose d'ailleurs plusieurs cuissons différentes...
- La grande difficulté des canelés est le démoulage. Heureusement les moules en silicone vous amèneront beaucoup plus de facilité au démoulage. Les puristes vous diront que les canelés cuits dans les moules en cuivre sont plus croustillants: personnellement, pour avoir utilisé les deux je ne vois pas de différence. En enfournant à 200° puis en baissant la température à 180° mes canelés ont une belle croûte, sont moelleux à

souhait intérieurement et pas de souci au démoulage!

- Si vous utilisez des moules traditionnels en cuivre vous pouvez utiliser des sprays d'huile à la place du beurre: ces sprays sont composés d'huile mais aussi de cire végétale qui permettent un démoulage plus facile.
- Vous pouvez utiliser la chantilly verveine avec une simple salade de fruits rouges ou une tarte aux pommes: elle leur apportera une touche sublime!

Le saviez-vous?

Le canelé est une spécialité emblématique et incontournable de la région bordelaise.

Son origine remonterait vers 1500 et reste un peu mystérieuse : on attribue le plus souvent son invention aux religieuses de l'Annonciade à Bordeaux.

Il est cuit dans un petit moule en cuivre cannelé d'où son nom.

Vous pouvez commander les fameux canelés de la maison Baillardran directement sur leur site:

www.baillardran.com

Des nouveautés en kiosque !

Cet été nous sommes gâtés : deux nouvelles parutions de qualité ont fait leur apparition chez votre marchand de journaux. Découvrez-en les en photos.

Le nom du premier ne vous est certainement pas étranger: si je vous dis Chef Simon et Chef Christophe vous me répondez...750 g! Eh oui le site internet aux 77000 recettes se décline maintenant en magazine pour notre plus grand bonheur.

Comme dit le magazine, quand on a des chefs sous la main il faut en profiter. Une interactivité qui commence par la présence de nombreux flash codes: parce que rien ne vaut de voir les choses pour mieux les comprendre, ces flash codes permettent de se connecter à des vidéos. En moins de temps qu'il n'en faut pour le dire vous vous retrouverez face à l'un de nos deux chefs avec leurs astuces, leur bonne humeur et leur pédagogie. Un must vraiment ludique et pratique.

Et bien sur vous y trouverez également une foultitude d'articles en plus des recettes le plus souvent présentées pas à pas en image : tout ce que j'aime.

Prix français: 3,5 euros

Prix belge: 3,8 euros

Service abonnement: www.750g.com

ou vous pouvez également vous abonner sur www.kiosquemag.com



750 g le mag



750 g le mag
recette flash code



750 g le mag
recette pas à pas

Vous ne trouverez pas de recettes dans la deuxième nouvelle parution...

Mais comme expliqué dès la première page l'aliment mérite que lui soit consacré tout un magazine. Invitation au partage, nourriture de l'âme autant que du corps vous y trouverez autant d'approches variées, de l'histoire à la coutume, du rituel à la production, de la symbolique au savoir-faire ou au voyage. Vous découvrirez aussi dans chaque numéro une cinquantaine d'aliments de saison au travers leurs origines, leurs aventures et leurs vertus..

C'est ainsi qu'à été conçu Nourrir: embrasser le monde à pleine bouche, mordre la terre avec un appétit de vie, lui rendre notre plus bel hommage pour ce qu'elle nous offre de diversité, de saveurs et de plaisir!

Prix français: 6,5 euros

Prix belge: 7,5 euros

Abonnement : shop.oracom.fr/magazines/694-1.html ou tel : 0033 (0)144 78 93 00



Nourrir



Nourrir

« Dans nos paniers »



Nourrir

« Des racines et des
herbes »

Pâte à choux: tous les secrets de sa réussite

La pâte à choux est une des recettes de base de la cuisine française. Si à la lecture elle paraît facile à réaliser, elle comporte cependant quelques écueils et rares sont les cuisinier(e)s à la réussir du premier coup! Car sa bonne pousse au four dépend de plusieurs facteurs: bon desséchage, le bon dosage des œufs qui ne s'acquiert que par l'expérience (cette quantité n'est jamais la même d'une fois à l'autre pour une même quantité de farine), et enfin un couchage régulier.



Pâte à choux

Si c'est la première fois que vous vous lancez dans l'aventure des éclairs ou religieuses je vous conseille d'y aller étape par étape. Commencez par la pâte à choux et sa cuisson: si c'est réussi vous pouvez alors faire votre garniture (crème pâtissière, chantilly, crème au beurre pour les religieuses) puis le fondant ou encore une garniture salée pour les gougères. Si vous commencez par ces derniers éléments et que vous ne réussissiez pas vos choux vous ne saurez quoi faire de tout cela...

J'ai volontairement souligné les points importants qu'il vous faudra absolument respecter pour la bonne réussite de votre pâte.

En fin de recette vous trouverez des explications supplémentaires qui vous seront bien utiles pour maîtriser cette préparation.

Et pour aller plus loin et réaliser facilement de magnifiques

choux bien calibrés, réalisez mes Petits choux chantilly (et les secrets pour avoir des choux magnifiques)

Ingrédients (pour environ 15 éclairs):

- 160 g d'eau
- 160 g de lait entier
- 140 g de beurre doux découpé en petits morceaux pour faciliter sa fonte dans l'eau avant ébullition
- 170 g de farine type 55 tamisée
- 275 g d'œufs entiers battus légèrement à la fourchette pour bien mélanger jaunes et blancs (4 à 5 œufs: un œuf entier sans coquille fait environ 50 à 63 g suivant son calibre)
- 8 g de sel fin
- 8 g de sucre semoule

Matériel particulier:

- un **silpat** (plaque anti adhésive réutilisable)
- poche à douille (douille de 15 pour les éclairs ou les chouquettes, 9 pour les têtes de religieuses et 12 pour les corps des religieuses). Le numéro correspond au diamètre en mm de la douille.
- une **corne**
- Robot ménager (c'est plus facile...) équipé d'une **feuille** ou batteur électrique avec **crochets pétrisseurs**.

Préparation:

- Commencez par faire chauffer votre four à 200°.
- Tamisez votre farine : cela évitera les grumeaux.



Tamisez la farine

- N'oubliez pas de découpez le beurre en tout petits morceaux pour faciliter sa fonte dans l'eau avant l'ébullition.
- Dans une grande casserole versez le lait, l'eau, le beurre, le sucre et le sel. Prévoir une grande casserole est important car vous allez devoir y incorporer la totalité de la farine.
- Faire fondre à feu doux le beurre. C'est seulement quand ce dernier est fondu que vous portez l'ensemble à ébullition. Si l'eau bout avant la fonte du beurre, une partie de l'eau s'évapore et les proportions beurre/eau vont être faussées.
- Dès ébullition retirez la casserole du feu et versez d'un coup la farine hors du feu dans le liquide bouillant et mélangez bien.



verser la farine d'un coup et hors du feu



Mélangez énergiquement hors du feu la farine et le liquide

bouillant

- Quand la farine est bien incorporée remettez sans attendre la casserole sur le feu: il faut maintenant dessécher la pâte. C'est une étape importante.
- Sans cessez de tourner vigoureusement avec la spatule, surveillez bien la texture de la pâte: celle ci ne doit plus adhérer à la spatule et former une boule qui se détache facilement des parois de la casserole. De plus une fine pellicule se forme dans le fond de celle ci et la pâte semble devenir plus brillante. Cela prend environ 3 mn de temps suivant la quantité de pâte. Quand tous ces éléments sont réunis ôtez de nouveau la casserole du feu.



Bonne consistance de la pâte avant l'ajout des œufs

- Ne laissez pas la pâte dans la casserole de cuisson (elle va conserver sa chaleur et vous ferez coaguler les œufs que vous allez rajouter!): transvasez la pâte dans un bol ou mieux dans votre robot équipé de la feuille. Si vous n'avez pas de robot utilisez votre batteur électrique avec les crochets pétrisseurs.
- Démarrez le robot et malaxez la pâte pendant quelques minutes pour faire tomber la température de la pâte afin que les œufs ne coagulent pas quand vous les verserez dedans.
- Puis versez les œufs très progressivement (n'oubliez pas de les fouetter légèrement au préalable : cela vous permettra de verser une quantité égale de blanc et de jaune et de fractionner plus facilement ce que vous voulez verser comme quantité). Sur la fin ne versez pas tout : gardez en un quart que vous allez incorporer avec encore plus de précaution par toute petite quantité.
- C'est maintenant qu'il faut du doigté...c'est la deuxième étape importante: quand vous soulevez le fouet ou les crochets votre pâte doit faire un ruban souple et luisant qui ne casse pas (fracture nette) mais une sorte de langue pointue qui retombe doucement et lentement . Tant que votre pâte n'a pas atteint ce degré de souplesse il faut rajouter de l'œuf à chaque fois, en très petite quantité, jusqu'à la bonne consistance. Je dis très progressivement car il ne faut pas qu'elle soit ni trop molle sinon vos éclairs vont s'étaler sur la plaque avant même le début de la cuisson (et devenir une crêpe au four), ni trop ferme sinon elle se développera mal à la cuisson...donc sur la fin du mélange vérifiez la consistance de la pâte après chaque ajout d'œuf. Suivant les fois pour un même poids de farine vous devrez mettre un peu plus ou un peu moins d'œuf. Regardez bien sur la vidéo suivante la bonne consistance que la pâte doit avoir (un beau ruban):

- La pâte est prête: préparez votre poche à douille. je vous conseille vivement d'acheter des poches jetables en plastic transparent. Voici comment la préparer proprement:

1. Enfilez la douille choisie à l'intérieur de la douille et bien la pousser. Avec un petit couteau bien aiguisé coupez le bout de la poche pour en libérer le passage.
2. A 3/4 cm de hauteur au dessus de la douille twistez la poche et poussez ces quelques cm à l'intérieur de la douille. De cette manière votre préparation ne s'écoulera pas à l'extérieur quand vous remplirez la douille!
3. Retournez la partie supérieure la plus large de la poche sur elle même et glissez votre main ouverte dessous (pouce et index bien ouvert pour former un arrondi et l'ouverture de la poche).
4. Saisissez votre corne et avec la partie arrondie de celle ci remplissez la poche en vous servant de l'arrondi de votre main pour racler la corne.
5. Ne remplissez pas votre poche à plus de sa moitié.
6. Puis toujours avec la corne (mais avec le côté droit de la corne cette fois) lissez le contenu de la poche pour le ramener vers la douille. Regardez la vidéo suivante pour voir les bon gestes:

Voici maintenant la dernière étape délicate: le couchage.

- Deux petites astuces de base: tout défaut sur votre choux lors du couchage (bulle, écart dans le couchage, rétrécissement etc) sera multiplié par 4 lors de la cuisson. Donc plus votre couchage sera régulier plus vos éclairs ou choux seront beaux. Au début n'hésitez pas à récupérer la pâte que vous aurez mal couchée et à la remettre dans la poche à douille et recommencer le couchage jusqu'à ce qu'il soit satisfaisant: vous connaissez tous le proverbe » c'est en forgeant que

l'on devient forgeron »!

- La position de la douille sera différente si vous couchez des éclairs ou des choux.
1. Pour les choux tenez la poche perpendiculairement à la plaque à un bon centimètre au dessus (vous ne devez pas toucher la plaque avec la douille). Exercez une pression lente et régulière . Arrêtez la pression lorsque le chou a atteint la grosseur que vous désirez. Coupez alors la pâte d'un mouvement sec, semi circulaire et horizontal à la surface du chou (parallèle à la plaque de cuisson). Ne tirez pas la poche vers le haut : vous obtiendrez une pointe qu'il faudra faire disparaître lorsque vous dorerez les choux. Couchez les choux en quinconce pour qu'ils ne collent pas entre eux: n'oubliez pas qu'ils vont gonfler à la cuisson.
 2. Pour les éclairs tenez la poche à 45° par rapport à la plaque de cuisson , la douille étant en contact avec la plaque. Exercez une pression lente et régulière (encore plus que pour les choux!) en amenant la poche vers vous. Couchez les éclairs en biais et espacez les bien. Arrêtez la pression dès que vous avez atteint la longueur désirée et coupez la pâte d'un mouvement sec , en remontant sur l'éclair.

Bon écartement des éclairs:



Bon écartement des éclairs

Bon écartement des choux:



Bon écartement des choux

- A l'aide d'un petit pinceau passez de la dorure (un restant d'oeuf battu) sur chaque chou et éclair en tapotant et surtout en évitant de la laisser couler sur la plaque: cela peut empêcher la pâte de monter. Le tapotage délicat est important surtout sur les choux pour obtenir une surface la plus lisse possible et ainsi éviter les boursouflures à la cuisson.
- Prenez une fourchette et rayez délicatement la surface des éclairs sur toute leur longueur. Faites de même pour les choux mais il faut les quadriller. Ces rayures permettent une meilleure adhérence du fondant par la suite.

Enfournez les choux et baissez le thermostat à 180°.

Cuire 25 mn pour les petites pièces et 30 à 35 mn pour les plus grosses. Cela dépend également des fours: rien ne vaut

une bonne surveillance régulière de la couleur de vos choux. Ils doivent être dorés uniformément sans parties blanches.

N'ouvrez surtout pas la porte du four pendant la cuisson! Vos choux retomberaient et la recette serait à recommencer à partir du début.

Quand les choux sont bien dorés baissez le four à 150° et poursuivez la cuisson 5 mn en fonction de la grosseur des pièces pour finir de sécher les choux.

Sortez les du four et déposez les immédiatement sur une grille: si vous les laissez sur la plaque de cuisson vous allez favoriser la condensation et donc leur ramollissement.

Vos choux sont prêts: il vous reste à préparer la garniture.

Astuces supplémentaires importantes à savoir:

- La pâte à choux est le plus souvent utilisée en pâtisserie mais elle entre également dans la préparation de beaucoup de recettes classique salées comme les gnocchis, les pommes dauphines, les quenelles. Suivant son usage de destination les proportion de lait, eau ou crème varient.
 - Lait, ou eau dans la pâte à choux: vous trouverez des recettes avec que du lait, d'autres que de l'eau, d'autres les deux mélangés voir même un mélange avec de la crème...
1. L'utilisation exclusive de lait donnera une pâte qui conviendra plus pour les fritures (pommes dauphine) ou des préparations pochées (gnocchis, quenelles)
 2. l'utilisation exclusive d'eau donnera une pâte plus sèche et donc des choux avec une meilleure tenue. Elle est conseillée pour les pièces montées par exemple.
 3. L'utilisation exclusive de la crème fraîche convient pour les beignets, quenelle, gnocchis, pommes dauphine.
- Lorsque vous faites une fournée évitez de mélanger éclairs et choux. Il vaut mieux faire une fournée d'un

même élément de même grosseur pour favoriser une cuisson uniforme (par exemple toutes les têtes de religieuses ensemble puis une autre fournée avec tous les corps). Cela vous évitera d'avoir des petits choux trop cuits et des gros choux pas assez cuits!

Pour bien comprendre la pâte à choux:

Il est essentiel de bien comprendre le mécanisme physico-chimique de la pâte à chou. Je vais essayer de faire simple...

Il faut savoir que la pâte à choux est une pâte que l'on dessèche dans un premier temps pour y réintégrer de l'humidité avec les œufs. Pourquoi alors la dessécher dans un premier temps? Tout simplement car cela permet un gonflement optimal de l'amidon contenu dans ce que l'on appelle l'empois (mélange eau, beurre, farine). Les grains d'amidon bien gonflés vont alors pouvoir absorber suffisamment d'œuf pour que la pâte gonfle bien à la cuisson. C'est cette richesse en eau qui permet le gonflement.

L'eau emprisonnée dans la pâte va se transformer en vapeur qui va essayer de s'échapper du chou . Cela entraîne le gonflement du chou Pendant ce temps la croûte se forme progressivement; Quant cette dernière est formée la vapeur d'eau qui a permis aux choux de gonfler et qui est toujours contenue dans les choux va finir de s'échapper de ces derniers par de minis perforations au niveau de la croûte: C'est le dessèchement. C'est pourquoi il ne faut pas ouvrir la porte du four tant que cette croûte n'est pas bien sèche car sinon tout retombe.

Si on met peu d'œuf : on ne réintègre pas assez d'humidité dans l'empois et donc il y aura moins de vapeur. la pâte sera trop ferme et les choux gonfleront beaucoup moins et présenteront des boursouflures irrégulières.

Si l'on met trop d'œuf: la pâte sera trop molle et va s'étaler au moment du pochage sur la plaque de cuisson. Vos choux seront plats.

L'explication a été un peu longue mais c'est toujours mieux de comprendre le pourquoi pour ne pas répéter ses erreurs!

Principales erreurs:

1. grumeaux: vous n'avez pas tamisé la farine ou vous n'avez pas retiré la casserole du feu avant de l'incorporer.
2. pâte trop molle (les choux s'affaissent avant même la mise en cuisson): vous avez incorporé trop d'œuf
3. pâte trop figée: vous n'avez pas assez incorporé d'œuf.
4. Après cuisson:
 - les choux ont peu monté : vous n'avez pas assez incorporé assez d'œuf ou vous avez ouvert le four en cours de cuisson ou vous avez été trop généreux avec la dorure.
 - les choux ont trop monté et sont sans fond : vous avez trop desséché la pâte.
 - les choux sont déformés : votre couchage n'est pas encore assez régulier!

Le saviez-vous?

La pâte à choux doit sa spécificité au fait qu'on réhydrate (en ajoutant les œufs un à un) une pâte préalablement desséchée (à base de farine passée au feu) au goût neutre et gonflant bien au four, support idéal pour des fourrages à la crème pâtissière ou au beurre.

On doit son invention à Popelini, le cuisinier de la reine Catherine de Médicis, au milieu du XVIIe siècle. Même si nombre d'historiens ont tendance aujourd'hui à minimiser cette influence italienne, le bon sens indique que ce fut pourtant bien le cas.

En tout cas, Popelini mit au point cette pâte dont il faisait déjà des petits choux pas très réguliers, qu'on appelait alors des poupelins. On les dressait à la cuillère sur une plaque allant au four et une fois cuits, on les fourrait de gelée de fruits.

Frit à l'huile, ces petits poupelins ont donné naissance aux pets-de-nonne.

Le mode de préparation de cette pâte lui a longtemps donné le nom de pâte à chaud, qui est devenu pâte à choux (ça ne doit donc rien à la forme de petits choux comme on le croit souvent) beaucoup plus tard. Au XVIIIe siècle, Avic en modifia légèrement la recette mais la vraie pâte à choux moderne fut inventée par – encore une fois – le grand Carême (qui avait fait son apprentissage chez Avic justement).

C'est lui qui eut l'idée de les fourrer de crème pâtissière ou de crème chantilly et d'en faire des croquembouches. A l'origine, les croque-en-bouche étaient des fruits passés dans un caramel chaud. Carême est aussi le créateur des profiteroles.

Source: www.boulangerie.net

Merci encore au chef Matthieu Janiec de l'atelier Lenôtre pour tous les conseils très précieux prodigués lors de cet atelier pâtisserie.

Ecole Amateurs Pavillon Elysée Lenôtre

10 avenue des Champs Elysées

75008 PARIS

Informations Particuliers : 01 30 81 44 96

Informations Entreprises : 01 42 65 97 66

Ecole Amateurs Paris Porte de Vincennes

22, avenue de la Porte de Vincennes

75012 PARIS

Tel : 01 30 81 44 96

Ecole Amateurs Cannes

63 rue d'Antibes

06400 CANNES

Tel : 04 97 06 67 62

Asperges vertes, blanches et fraises de Florent Ladeyn finaliste Top Chef 2013

Asperges et fraises , une association étonnante! Quelle fraîcheur dans cette entrée si croquante! Florent nous offre là tout ce que l'on aime retrouver dans un plat d'été avec en plus cette note d'originalité qui fait tout le charme de sa cuisine.



Asperges vertes, blanches et fraises

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 12 asperges blanches

- 12 asperges vertes
- 200 g de fraises
- huile olive
- sel
- poivre
- mouron des oiseaux . Si vous n'en trouvez pas vous pouvez le remplacer par des petites feuilles de cerfeuil.

Matériel spécial:

- une centrifugeuse
- un économiseur à lame oscillante



éplucheur
économiseur à
lame
oscillante

Préparation:

Pour les asperges vertes:

- Nettoyez les asperges vertes: avec un petit couteau ôtez les ergots le long de la tige des asperges. Ôtez également le bout de chaque asperge sur un centimètre.



ôtez les ergots des asperges vertes

- Coupez chaque asperge en deux: les têtes d'un côté et les queues de l'autre.



Séparez têtes et queues

- Couper les queues des asperges vertes crues en tranches fines. Réservez les dans un bol d'eau froide avec des glaçons pour qu'elles conservent leur côté croquant.



tranchez finement les queues des asperges vertes

- Cuisez les têtes d'asperges vertes à l'anglaise: versez les dans une casserole d'eau bouillante salée (10 g de sel par litre d'eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c'est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les dans de l'eau froide et réservez dans une assiette.



Réservez les têtes d'asperges vertes après cuisson et rafraîchissement à l'eau froide

Pour les asperges blanches:

- Épluchez les asperges blanches avec un économiseur à lame oscillante: il faut déposer l'asperge bien à plat et de passer l'éplucheur de la pointe vers la racine. De cette manière on ne risque pas de casser les tiges.
- Comme pour les asperges vertes séparez les têtes des queues.
- Cuisez les têtes d'asperges blanches à l'anglaise: versez les dans une casserole d'eau bouillante salée (10 g de sel par litre d'eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c'est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les têtes d'asperges

blanches dans de l'eau froide et réservez dans une assiette.

- Passez les queues des asperges blanches à la centrifugeuse.



Centrifugez la queue des asperges blanches

- Filtrez le jus obtenu au travers d'une écumoire et réservez le au frais dans une théière.



Passez le jus d'asperge au travers d'une écumoire

- Coupez les fraises en tranches et rangez les sur un plateau de façon à ce que les morceaux ne se touchent pas.



Rangez les tranches de fraises sans les superposer

Dressage :

Nous avons donc :

- les têtes d'asperges vertes cuites
- les têtes d'asperges blanches cuites
- les tranches d'asperges vertes crues
- les tranches de fraises
- le jus des asperges blanches crues
- huile olive
- sel et poivre

Dans un petit bol disposez harmonieusement des tranches de fraises et quelques tranches d'asperges vertes crues.



Commencez le dressage par les fraises et un peu de tranches d'asperges crues

Puis continuez avec les têtes d'asperges vertes et blanches (essayez de donner de la hauteur et du volume en positionnant les têtes d'asperges droites).



Au tour des têtes d'asperge

Rajoutez encore quelques tranches d'asperges vertes et le mouroin des oiseaux (ou à défaut les feuilles de cerfeuil).
Versez un filet d'huile d'olive, salez et poivrez.



Huile d'olive, sel et poivre

Terminez en versant l'infusion fraîche d'asperges vertes devant les convives...



Terminez en versant l'infusion des têtes d'asperges blanches

Le saviez-vous?

Originnaire des pays tempérés de l'Eurasie, l'asperge est un légume qui se consomme à l'heure actuelle dans le monde entier.

Connue des Romains, elle est cultivée comme plante potagère depuis le 15^e siècle en France. Cette plante était très appréciée par Louis XIV. Elle fut donc considérée comme raffinée au XIX^{ème} siècle car consommée uniquement par les plus aisés.

De nos jours elle est toujours très appréciée et si son prix reste élevé cela est dû au fait que les asperges sont récoltées une par une à la main!

Il existe plusieurs espèces mais les plus connues sont les asperges vertes et les asperges blanches qui sont cultivées à l'abri de la lumière. On trouve également des asperges sauvages au goût très parfumé.

Rhubarbe, brioche et confiture de lait de Florent Ladeyn finaliste Top chef 2013

La rhubarbe est une plante bien connue et utilisée en cuisine dans le Nord de la France mais malheureusement assez oubliée dans d'autres régions et c'est bien dommage car son petit gout acide équilibre à merveille beaucoup de desserts. Essayez la vous l'adopterez!

Associée dans cette recette avec une crème à la confiture de lait c'est un délice.



Rhubarbe, brioche et confiture de lait

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 500 gr de rhubarbe
- 200 gr de sucre
- une brioche (achetée chez votre pâtissier)
- 120 gr de confiture de lait
- 300 gr de crème liquide entière

La confiture de lait est vendue en épicerie fine mais vous pouvez la faire chez vous extrêmement facilement: il vous suffit d'une boîte de lait concentré (Nestlé pour ne pas le nommer) et d'une casserole d'eau!

Préparation:

La veille

Pour la confiture de lait:

- Plongez votre boîte de lait concentré (ne l'ouvrez pas) dans une grande casserole d'eau et laissez cuire 2 h à feu doux. Il faut qu'elle soit recouverte par l'eau.



Bien recouvrir la conserve de lait concentré par de l'eau et cuire 1h

- Égouttez la, laissez la refroidir à température ambiante et c'est prêt! Il est difficile de faire plus simple: le lait concentré se sera caramélisé tout seul de manière uniforme à l'intérieur de la conserve. Vous n'avez plus qu'à la déguster ou à la ranger pour une utilisation ultérieure; cela se conserve aussi bien que du lait concentré non cuit tant que la conserve n'est pas ouverte.
- Je vous conseille d'en faire plusieurs à la fois et de les marquer pour ne pas les confondre avec des conserves de lait concentré non cuites.



Votre confiture de lait est prête! Elle a une belle couleur dorée.

Le jour même

- Épluchez les tiges de rhubarbe et réservez en deux de côté.



Épluchez la rhubarbe

- Coupez les deux tiges réservées en tronçons de 8 cm de long et taillez les à la mandoline dans le sens de la longueur pour en faire de fines lamelles que vous allez mettre à tremper 1 bonne heure dans un bol d'eau froide avec des glaçons pour leur donner du croquant. Elles vont » friser » c'est à dire s'enrouler sur elles-même.
- Coupez les tiges restantes en petits tronçons d'un centimètre. Versez les dans une casserole avec le sucre. Ne rajoutez pas d'eau: la rhubarbe en rendra suffisamment pendant la cuisson. Mélangez bien l'ensemble et faire compoter à feu doux 30 à 40 mn. Réservez au frais.



Bien mélanger rhubarbe et sucre

- S'il vous reste de trop de cette compote, elle remplace très agréablement une confiture au petit déjeuner...
- Découpez la brioche en tranche et à l'aide d'un vide pomme taillez des petits tubes à l'intérieur.



Taillez des petits tubes



Découpe terminée de la brioche

- Disposez les chutes de brioches sur une plaque recouverte de papier cuisson et passez au four à 120° pour les dorer et les sécher. A la sortie du four écrasez les de manière à faire un crumble.



Écrasez les parures des brioches sorties du four

- Dans un bol versez la confiture de lait ainsi qu'un peu de crème liquide et bien mélangez pour détendre un peu la confiture de lait.



Détendez la confiture de lait avec une peu de crème liquide

- Fouettez la crème restante à la main ou au robot pour la monter en chantilly ; y ajouter la confiture de lait détendue et fouettez de nouveau.
- Versez ce mélange dans une poche à douille et réservez au frais.

Dressage:

- Dans chaque assiette dressez une belle cuillerée de compote de rhubarbe et avec la poche à douille dressez

un dôme de crème à la confiture de lait au dessus.



Dressez la confiture de lait au dessus de la compote de rhubarbe

- Saupoudrez de crumble de brioche



Saupoudrez de crumble de brioche

- Ajoutez harmonieusement quelques petits tubes de brioche et les lamelles » frisées » de rhubarbe crue.



Disposez harmonieusement petits morceaux de brioche et lamelles de rhubarbe crues

Merci encore à Florent pour sa gentillesse, son écoute, sa bonne humeur et son humour!



Ravioles de foie gras, bouillon thai et perles d'œuf basse température

Dans cette recette de Ravioles de foie gras, bouillon thai et perles d'œuf basse température, le bouillon de parfumé au gingembre, citronnelle et feuille de combava, amène la fraîcheur qui balance le côté gras du foie. Il est plus judicieux d'utiliser un bouillon fait maison que de choisir la facilité avec un bouillon cube acheté en magasin. Il est facile à réaliser et vous y gagnerez énormément en saveur.

La recette peut vous paraître longue en lecture car j'essaie de donner un maximum d'explications.

Les perles d'œuf sont réalisées avec une cuisson basse température. Elles donnent de l'onctuosité et une touche d'originalité au plat mais vous pouvez faire le choix de ne pas les ajouter si vous n'êtes pas équipé d'un appareil de cuisson basse température: en effet le contrôle précis de cette dernière est indispensable pour la réalisation des perles.

C'est lors d'un échange avec Florent Ladeyn, finaliste Top Chef, que cette recette est née. C'est en effet le chef qui m'a enseigné cette technique des perles d'œuf. Merci encore à Florent pour tous ses conseils!

Vous aimez le foie gras? Retrouvez toutes les recettes à base de foie gras en cliquant [ici](#).



Beaucoup d'entre vous aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 2, cliquez [ici](#)
- Pour le Tome 3, cliquez [ici](#)

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.



Ravioles de foie gras , bouillon thai et perles d'œuf

Difficulté: technique surtout pour les perles d'œuf

Ingrédients (pour 4 personnes):

Pour les ravioles

- 4 tranches de foie gras de canard frais d'environ 1 cm d'épaisseur
- un sachet de pâte à ravioles type wonton (chez les épiceries asiatiques)
- 2 jaunes d'œuf

Pour le fond de volaille:

- 3 carottes
- un oignon moyen
- 5 brins de persil
- 1 petit poireau
- une branche de céleri
- 8 ailes de poulet

- 5 bâtons de citronnelle
- 6 feuilles de combava
- gingembre (environ 3 cm pour la cuisson du bouillon et 4 tranches fines pour la finition)
- sel
- poivre



liste des ingrédients

Pour les perles d'œuf (facultatif):

- 4 jaunes d'œufs
- sel
- poivre
- 1/2 c à c d'huile d'olive



ingrédients et matériel pour les perles d'oeuf

Matériel particulier:

- 2 emporte-pièces de forme ronde (un petit pour souder la raviole et un plus grand pour la découpe)



2 tailles
différentes
pour les
emportes-pièce

- un petit pinceau

Spécialement pour les perles d'œufs:

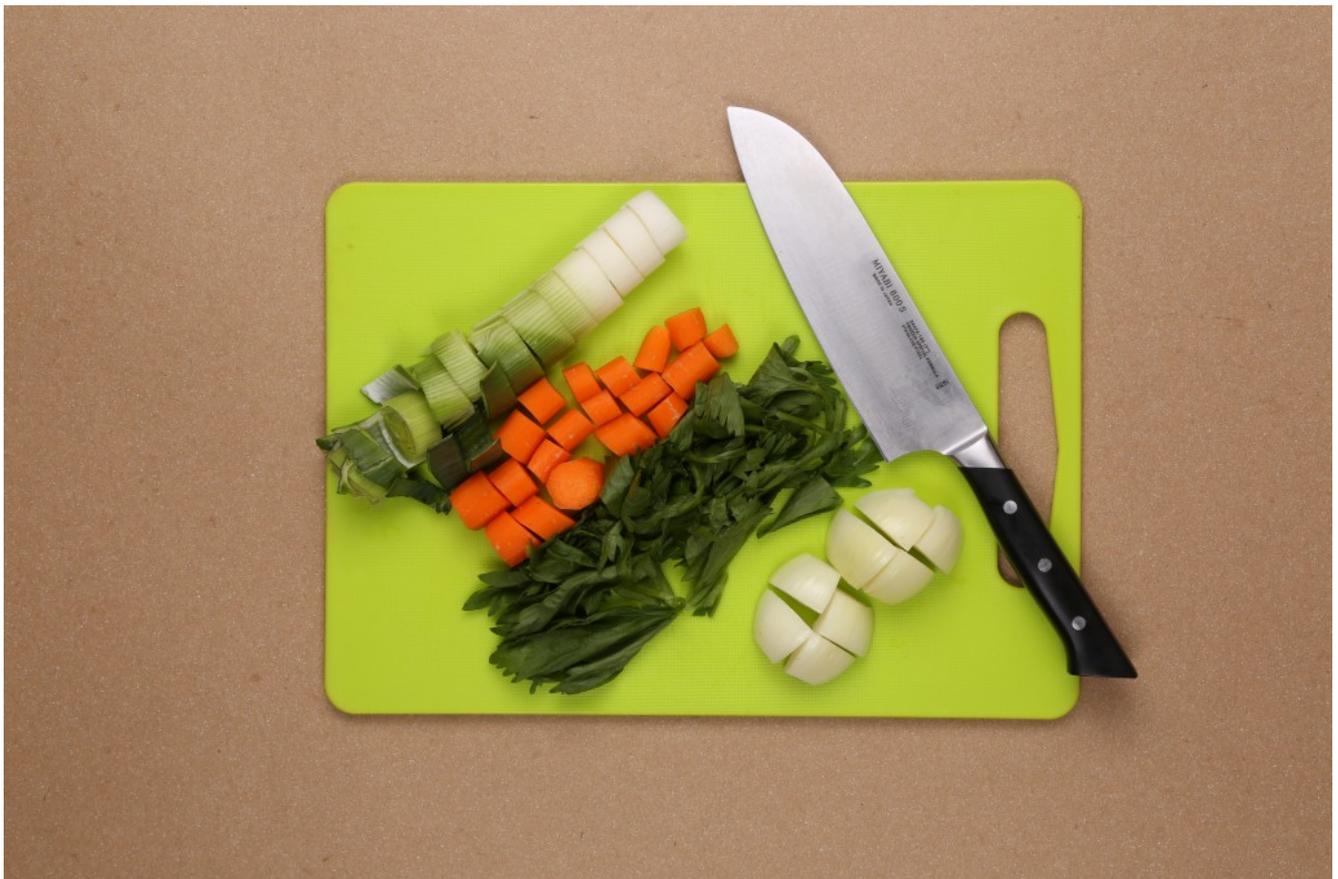
- un petit sac zippé
- un appareil de cuisson basse température type « Sousvidesuprême »

Préparation:

La veille

Commençons par le fond de volaille que vous préparerez la veille afin de pouvoir le dégraisser correctement après une nuit au frais.

- Épluchez carottes et oignons. Taillez grossièrement les légumes: carottes, poireau, branche de céleri et l'oignon. Passez le poireau, céleri et persil sous l'eau froide pour enlever toute particule de terre.



Taillez grossièrement les légumes

- A l'aide d'un petit couteau ôtez la peau du gingembre. Coupez les tiges de citronnelle en fins tronçons ainsi que le gingembre.



Coupez la citronnelle et le gingembre

- Dans un faitout déposez les ailes de poulet et recouvrir à hauteur d'eau froide non salée.



Recouvrir les ailes d'eau froide non salée

- Amener à ébullition puis baisser le feu à frémissement.
- Les premières minutes écumez régulièrement avec une petite écumoire fine les impuretés qui vont se former à la surface.



Écumez à l'aide d'une écumoire fine les impuretés qui se forment à la surface du bouillon

- Ajoutez les légumes: persil, poireau, carottes, oignon, branche de céleri .



Versez les légumes

- Cuire à feu doux 1h30.
- Ne salez pas votre bouillon car en réduisant il va concentrer son goût et vous ne maîtriserez pas sa concentration en sel: vous salerez en toute fin de préparation lorsque vous le réchaufferez pour le servir.
- A la fin de la cuisson retirez à l'aide d'une pince les ailes de poulet du bouillon. Elles ne seront pas utilisées pour le restant de cette recette: vous pouvez récupérer la chair qui se détache d'ailleurs très facilement pour une autre utilisation (en salade par exemple avec une mayonnaise, avocat et pamplemousse).



ôtez les ailes de poulet

- Passez le bouillon au travers d'un chinois pour le séparer des légumes qui n'ont plus d'utilité.



Filtrez le bouillon

- Reversez le dans une casserole et le réduire à feu vif d'un tiers de son volume. Ajoutez alors la citronnelle, les feuilles de combava et le gingembre et poursuivre la cuisson à feu doux 15 mn.



Remettre sur le feu avec les herbes thai

- Réservez dans un bol (en conservant citronnelle, gingembre, combava) et mettez au frigo toute une nuit. Le lendemain vous verrez que tout le gras est remonté à la surface et vous pourrez alors l'enlever à l'aide d'une petite cuillère. Il reste alors le bouillon dégraissé qui a pris l'aspect d'une gelée.



le lendemain ôtez la graisse formée sur le dessus du bouillon devenu gélatineux

Le jour même

Préparation des ravioles et des perles d'œufs:

Pour les perles d'œuf

- Fouettez 4 jaunes d'œuf avec sel, poivre et huile et versez le tout dans un sac zippé que vous fermerez non pas avec une machine sous vide (vos jaunes liquides seraient aspirés par l'appareil) mais avec la méthode d'immersion suivante (voir vidéo ci dessous) pour en chasser le maximum d'air. Cliquer ici pour plus d'explication sur la cuisine sous vide basse température.
- Chauffez la machine basse température pour 64° et

lorsque la température est atteinte plongez le sachet dans l'appareil et cuire 1 h.

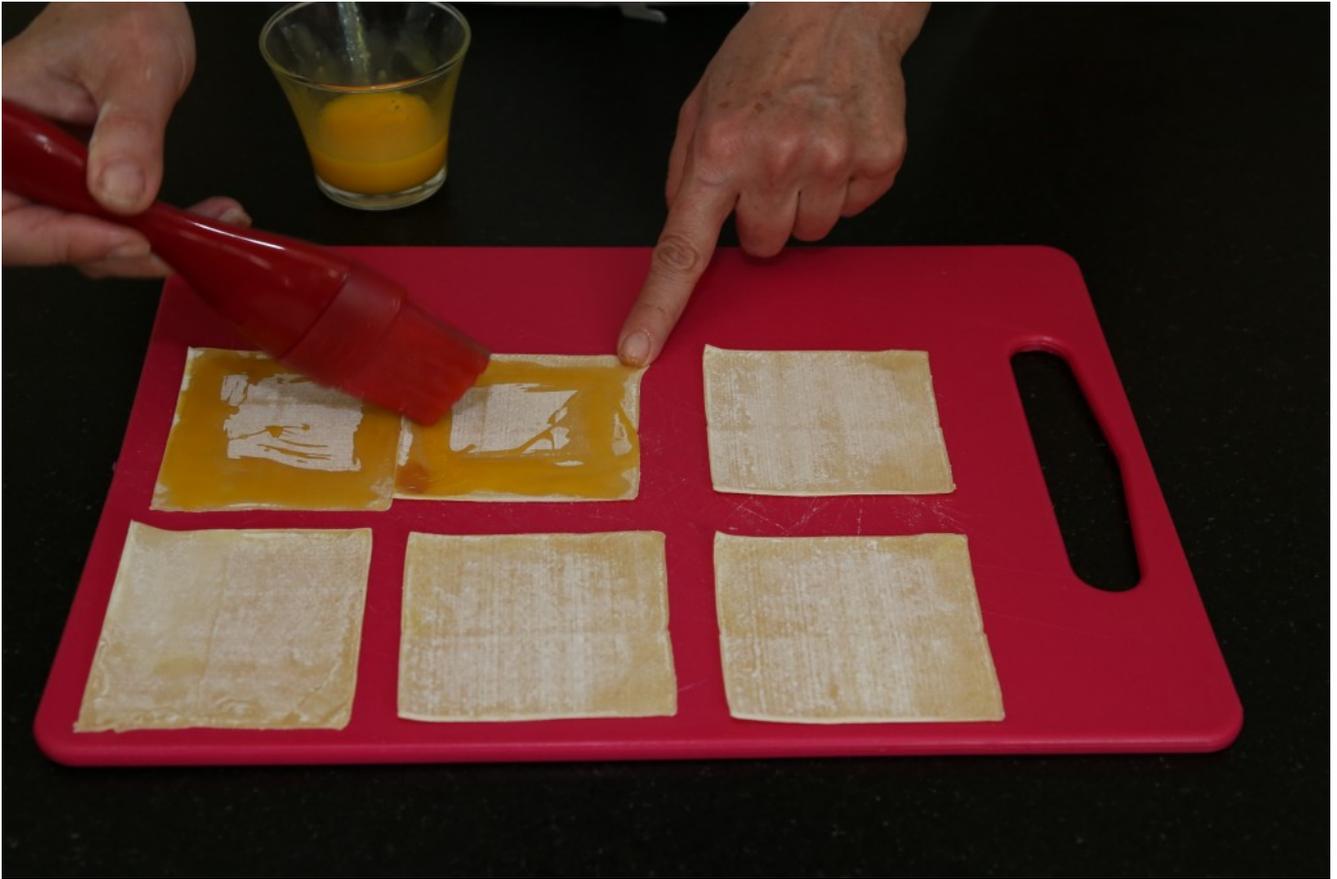


Plongez le sachet dans le bain marie chauffé par le thermoplongeur

Pour les ravioles

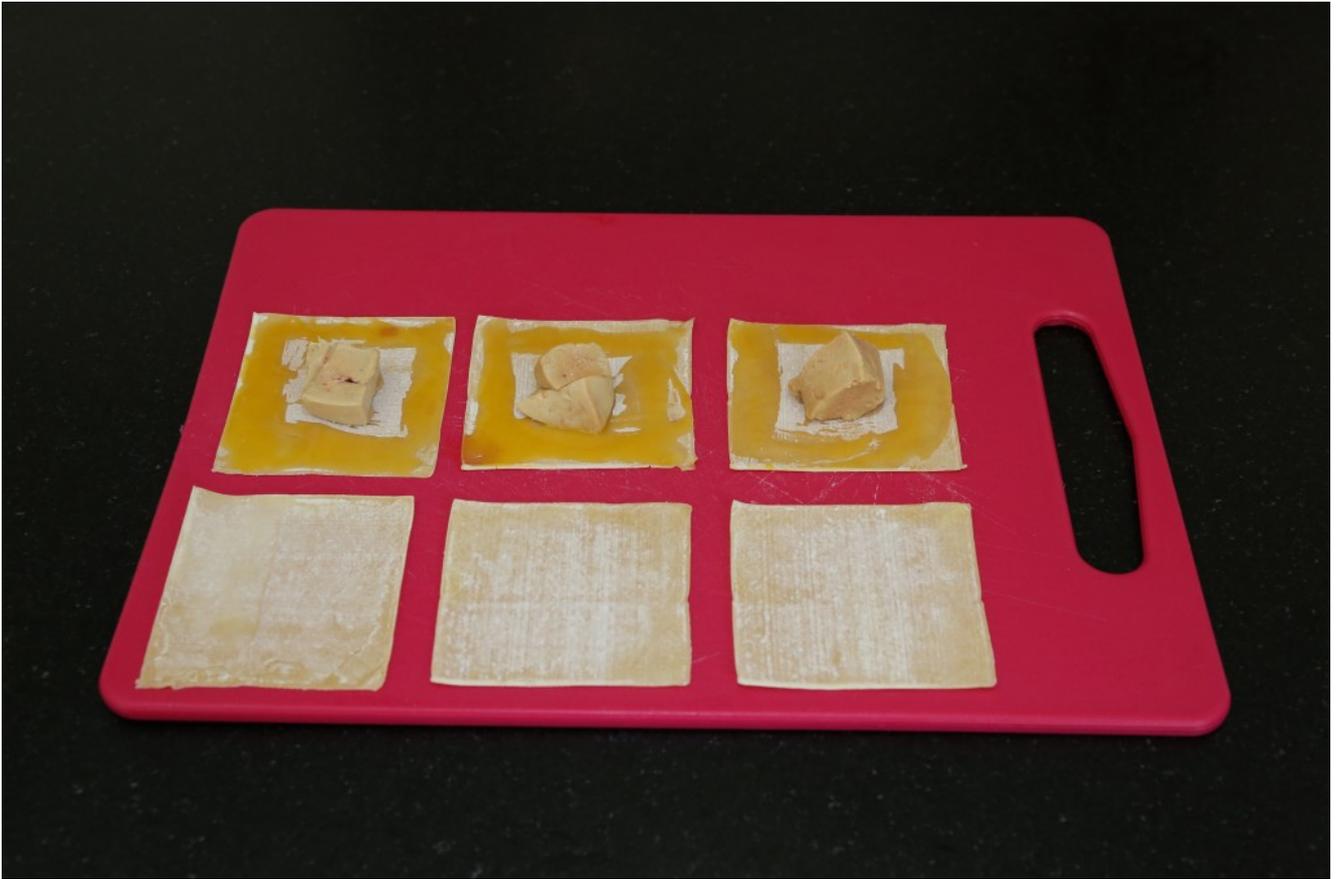
Pendant la cuisson des œufs préparez les ravioles:

- Coupez les tranches de foie gras en gros cubes. Vous utiliserez un gros cube par raviole.
- Dans un petit bol battez deux œufs.
- Déposez sur votre plan de travail les carrés de pâtes à raviole et badigeonnez les de jaune d'œuf sur le pourtour à l'aide du pinceau.



Badigeonnez le contour des ravioles

- Posez un cube de foie gras au centre de chaque raviole. Saupoudrez légèrement de sel et de poivre.



Déposez un cube de foie gras sur chaque raviole

- Recouvrir alors chaque carré par un deuxième carré de raviole et avec vos doigts tapoter pour commencer à souder en enlevant au maximum l'air à l'intérieur de la raviole.



Bien chasser l'air dans chaque raviole

- Afin de bien souder les deux feuilles de ravioles utilisez un petit emporte pièce rond (utiliser le bord arrondi et non le côté coupant) en appuyant légèrement sur la pâte. Vous ne devez pas couper mais juste bien coller les deux feuilles.



Collez les deux feuilles de raviole à l'aide du petit emporte pièce

- Prenez maintenant le plus grand des emportes pièces , déposez le sur la raviole et appuyer fermement pour la découper : votre raviole est prête.



Découpez la raviole avec le grand emporte pièce



Raviole terminée

- Réservez au frais sans que les ravioles se touchent. Vous pouvez les préparer une heure à l'avance mais farinez les bien en dessous et déposez les sur un feuille de papier anti adhésif (papier cuisson..) pour qu'elles ne collent pas trop à leur support en attendant la cuisson.



Réservez les ravioles au frais sans qu'elles se touchent et farinez les bien!

Pour finir:

Taillez de nouveau un petit morceau de gingembre en tout petits dés: pelez le gingembre à l'aide d'un petit couteau puis le trancher en très fines lamelles ; couper chaque lamelle en très fins bâtonnets et émincer les bâtonnets en tout petits cubes (1 millimètre de côté tout au plus).



Tailler le gingembre en très fin petits dés

- Réchauffez le bouillon et passez le au travers d'un chinois pour en ôter la citronnelle, les feuilles de combava et le gingembre qui ont infusé toute la nuit.



Passez le bouillon préalablement réchauffé

- Rectifiez alors l'assaisonnement du bouillon avec sel et poivre et ajoutez le gingembre que vous avez coupé fraîchement en tout petits dés. Gardez au chaud .

Dressage :

- Quelques minutes avant de servir faire bouillir de l'eau salée (10 gr par litre) et cuire les ravioles (2 à 3 mn suffises).
- Retirer les à l'aide d'une écumoire.



Égouttez les ravioles

- Sortir le sachet de jaunes d'œuf de la machine basse température avec un torchon et à l'aide d'un ciseau coupez un petit coin du sachet afin de transformer ce dernier en poche à douille improvisée. Déposez dans chaque assiette des petites perles de jaune d'œuf.



Déposez dans chaque assiette des petites perles de jaune d'œuf

- Déposez trois ravioles par assiette .



3 ravioles par assiette

- Recouvrir d'une louche de bouillon chaud et décorez avec quelques feuilles de coriandre ou de persil..



Versez une louche de bouillon sur le tout et décorez avec des feuilles de coriandre

C'est prêt!

Astuces:

- N'utilisez que de la citronnelle fraîche et surtout pas en poudre.
- Vous avez ici la recette du fond de volaille classique si vous n'y ajoutez pas la citronnelle, gingembre et combava. Faites le réduire de moitié au lieu d'un tiers et vous obtiendrez une gelée plus consistante que vous pourrez congeler en petites quantités: de cette manière vous aurez toujours un bon fond de volaille à la maison!