

# Pâte feuilletée allégée (recette pâtisserie Thermomix)

Cette pâte feuilletée est assez géniale: non seulement elle contient moins de beurre, elle est tout aussi croustillante et même si vous avez des « tours » à réaliser , vous n'aurez pas le problème du beurre à intégrer dans ces tours, donc elle est ultra facile à réaliser...



Pâte feuilletée allégée (recette Thermomix)

Vous ne connaissez pas encore le Thermomix, ce robot irremplaçable en cuisine? Alors si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous. Vous réaliserez vous même tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, un plat et un dessert...Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#).

**Alors venez participer à une démonstration et dégustation culinaire gratuite! Les démonstrations dans mon atelier recommencent en octobre 2021 à Waterloo. Contactez-moi au 04 77 57 11 98.**

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous

# Mes Recettes Gourmandes au Thermomix

Best of - Tome 1



Danielle Lions

Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 10 minutes**

**Temps de pose au frais: 1 h 30**

**Difficulté: facile**

**Ingrédients pour environ 400 g de  
pâte feuilletée**

- 185 g de farine
- 125 g de ricotta
- 90 g de beurre salé à couper en morceaux

# Préparation

- Versez les 185 g de farine, les 125 g de ricotta et les 90 g de beurre salé coupé en morceaux dans le bol et mixez 1 mn/ vit 3.
- Placez le mélange sur votre plan de travail et formez une boule.
- Étalez la pâte en rectangle entre deux feuilles de papier cuisson. Ôtez la feuille du dessus et roulez la pâte sur elle-même. Puis placez-la au frais pendant 30 minutes.
- Sortez la pâte du frigo et placez-la sur votre plan de travail: le rouleau doit être à **la verticale** devant vous. Étalez la pâte en rectangle et recommencez l'opération deux fois: roulez la pâte sur elle-même, mettez au frais, étalez encore une fois, roulez et au frais.



Tournez-la d'un quart de tour sur la droite

- Donnez enfin la forme que vous désirez à votre pâte, toujours en l'étalant entre deux feuilles de papier cuisson...Elle est prête à être cuite. **Petite astuce:** remettez la pâte au frais pendant 25 mn juste avant de l'enfourner. Vous pouvez l'utiliser pour des fonds de tarte, des biscuits apéritifs (saupoudrés de gruyère, de graines de sésame... selon votre inspiration). Temps de

cuisson selon les fours environ 20 à 25 minutes à 190°.



Pâte feuilletée allégée  
(recette Thermomix)

---

## Sablés diamant épices et chocolat

Le sablé est une petite gourmandise de la pâtisserie, facile à maîtriser. Aujourd'hui nous allons le rendre encore plus gourmand et encore plus croquant...en lui ajoutant du chocolat et une épice légèrement anisée : la badiane ou anis étoilé. Ces petits Sablés diamant se dégustent bien sûr au goûter, mais se servent également avec le café à la fin d'un dîner: ils terminent ainsi avec gourmandise votre repas.

J'en prépare toujours une grosse quantité en doublant ou triplant les quantités ci-dessous; comme cela je prépare à l'avance des petits boudins de pâte à sablé que je congèle. Je les sors une heure à l'avance du congélateur et après 10 à 12 mn de cuisson j'ai un très bon goûter ou une excellente base de dessert.

Si vous aimez les sablés plus classiques cliquez [ici](#).



Sablés diamant épices et chocolat

## Ingrédients pour les sablés diamant épices et chocolat

- 110 g de farine tamisée
- 30 g de sucre semoule
- 80 g de beurre pommade (mou mais pas fondu)
- une cuillerée à soupe de cacao en poudre
- 1 g d'anis étoilé en poudre
- une pincée de sel

Et du sucre perlé pour la décoration.

## Matériel

- du film alimentaire
- facultatif: un robot pâtissier ou un Thermomix. Si vous aimez pâtisser c'est vraiment une aide très précieuse!

Vous en trouverez en cliquant sur la photo ci-dessous:



Kitchenaid 5K45SSE0B Série "Classic" Robot Multifonctions  
Fourni avec Verseur ou Protecteur Blanc

## Préparation

- Tamisez la farine.



Tamisez la farine et la levure

- Puis ajoutez tous les ingrédients à la farine. Si vous pétrissez au robot pâtissier utilisez la feuille sinon on mélange avec ses petites mains...



Puis ajoutez tous les ingrédients à la farine

- Vous allez obtenir une pâte qui a la texture du sable.



Vous allez obtenir une pâte qui a la texture du sable

- Versez cette pâte sur votre plan de travail légèrement fariné et ramassez-la pour former une boule (ou plusieurs suivant la grosseur que vous voudrez donner à vos petits boudins de pâte). Puis façonnez chaque boule en un boudin de pâte.



Versez cette pâte sur votre plan de travail et ramassez-la pour former une ou plusieurs boules

- Roulez vos boudins de pâte dans le sucre perlé.



Roulez vos boudins de pâte dans le sucre perlé.

- Puis déposez-les sur l'extrémité d'une feuille de film alimentaire et roulez-les de manière à obtenir des petits boudins bien serrés. A la sortie du frigo coupez vos boudins en tranches d'environ 1 cm. Déposez-les au fur et à mesure sur votre plaque de cuisson, recouvertes d'une feuille de papier cuisson ou d'un silpat.



A la sortie du frigo coupez vos boudins en tranches d'environ 1 cm

- Enfournez à 180° pendant environ 10 à 12 minutes selon les fours. A la sortie du four laissez refroidir quelques minutes puis à l'aide d'une spatule déposez les sablés sur une grille jusqu'à complet refroidissement.



Sablés Diamant Chocolat

Il n'y a plus qu'à croquer!



Sablés diamant épices et chocolat

---

## **Petits choux chocolat « Cincinfeuilles » d'après une recette de Philippe Conticini**

J'avais envie aujourd'hui de revisiter les profiteroles. J'ai gardé la sauce au chocolat, la glace à la vanille mais j'ai utilisé une recette particulière pour les choux, qui allie

pâte feuilletée et pâte à choux au chocolat enrichie de crème pâtissière. Cette recette de choux « Cincentsfeuilles » nous vient de mon pâtissier préféré, un très grand monsieur plein de générosité aussi bien dans sa cuisine que dans sa vie, à savoir Philippe Conticini. La base de cette recette est tirée de son livre « Sensations Choux » aux éditions de la Martinière où vous pourrez découvrir des réalisations gourmandes, harmonieuses, étonnantes et innovantes à base de pâte à choux. Bref 60 recettes pour découvrir un nouvel univers de techniques, textures et goûts que vous ne soupçonniez pas! Et voici donc les « Petits choux chocolat « Cincentsfeuilles »!

[Pour tout savoir sur la pâte à choux, éviter les pièges et connaître le secret de leur réussite avec un pas à pas en photos cliquez ici.](#)



Petits choux chocolat « Cincentsfeuilles » d'après une recette de Philippe Conticini

Et pour d'autres recettes ultra gourmandes du Chef je vous conseille ses livres » Conticini en live » et bien sûr « Sensations Choux » aux éditions de la Martinière. Pour les commander cliquez sur les photos ci-dessous:



Sensations Choux



Philippe Conticini en live

## **Ingrédients pour les Petits choux chocolat « Cincent feuilles » (pour une douzaine de choux)**

- 250 g de pâte feuilletée (à demander à votre pâtissier préféré ou à faire vous même. Pour connaître tous les secrets de la pâte feuilletée cliquez [ici](#))
- de la glace vanille

### Pour la pâte à choux

- 80 g d'eau
- 80 g de lait
- 75 g de beurre
- une pincée de sel

- une pincée de sucre
- 95 g de farine tamisée
- 3 à 4 oeufs (cela dépend du calibre des oeufs)
- 60 g de cacao en poudre

### Pour la crème pâtissière

- 25 cl de lait
- 30 g de farine
- 40 g de sucre
- 2 jaunes d'œuf
- une gousse de vanille

### Pour la sauce au chocolat

- 100 g de bon chocolat de couverture
- 100 g de crème fraîche liquide entière
- une pincée de sel
- une pincée d'anis étoilé

## Matériel

- Poche à douille
- Petits cercles en métal de 4 cm de diamètre



Petits cercles  
en inox

## Préparation

### Pour la crème pâtissière

- Portez le lait à ébullition avec les grains de vanille et la gousse de vanille. Dès l'ébullition, ôtez du feu et filmez avec du film alimentaire; laissez infuser 15 mn.



Portez le lait à ébullition  
avec la vanille

- Fouettez les jaunes et le sucre. Le mélange doit blanchir.



Le mélange jaune et sucre  
doit blanchir

- Retirez la gousse de vanille et portez le lait à frémissement.



Portez le lait à ébullition

- Versez un tiers du lait chaud sur le mélange jaune sucre. Mélangez bien. Ajoutez la farine tamisée et reversez le tout dans la casserole de lait.



Reversez le mélange dans la casserole

- Portez le tout à ébullition en mélangeant constamment et en veillant bien à ne pas oublier les « coins » de la casserole. La crème va prendre une consistance plus épaisse: elle est alors prête. Laissez refroidir à température ambiante en mélangeant de temps à autre pour éviter qu'une pellicule se forme à la surface.



Réservez la crème dans un récipient

### Pour la pâte à choux

- Chauffez votre four à 180°.
- Tamisez votre farine : cela évitera les grumeaux.



Tamisez le farine

- Dans une grande casserole versez l'eau, le beurre, le sucre et le sel et portez à ébullition.



Pâte à choux: dans une grande casserole versez l'eau, le beurre, le sucre et le sel

- Dès ébullition retirez la casserole du feu et versez d'un coup la farine et le cacao hors du feu dans le liquide bouillant et mélangez bien. Quand les poudres sont bien incorporées remettez sans attendre la casserole sur le feu: il faut maintenant dessécher la pâte. C'est une étape importante: la pâte ne doit plus adhérer à la spatule et former une boule qui se détache facilement des parois de la casserole.



Pâte à choux: versez d'un coup la farine hors du feu et mélangez bien

- Ôtez de nouveau la casserole du feu. Versez les œufs très progressivement en mélangeant énergiquement à chaque fois. La pâte doit former un ruban souple et luisant qui ne casse pas. 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: vous n'aurez peut être pas besoin de toute la quantité d'œuf. Après avoir intégré les œufs mélangez **300 g de pâte à choux** au chocolat et **100 g crème pâtissière refroidie**. Vous aurez donc certainement un

reste de ces deux préparations... Faites une autre fournée classique avec la pâte à choux restante et farcissez les choux obtenus avec le reste de pâtissière pour le lendemain!



Mélangez cette pâte à choux au chocolat et la crème pâtissière refroidie

Voici maintenant la dernière étape délicate: le couchage. Pour apprendre à coucher vos choux (vidéo à l'appui) cliquez [ici](#).

- Remplissez une poche à douille avec la pâte.



Mettre la pâte dans une poche à douille

Pour la confection des petits choux chocolat « Cincentsfeilles »:

- A l'aide d'un emporte pièce taillez des disques de pâte feuilletée (environ 3 cm de diamètre). Puis disposez les

disques de pâte sur une plaque anti adhésive. Attention vous aurez besoin de 2 petits disques de pâte feuilletée par choux. Donc par exemple si vous en avez 24 cela vous fera 12 choux...



A l'aide d'un emporte pièce taillez des disques de pâte feuilletée



Disposez les disques de pâte sur votre plaque

- Pochez la pâte à choux sur chaque disque de pâte feuilletée.



Pochez la pâte à choux sur chaque pièce de pâte feuilletée

- Puis déposez un disque de pâte feuilletée sur la pâte à choux.



Puis déposez une rondelle de pâte feuilletée sur la pâte à choux

- Terminez en pochant un point de pâte à choux sur le dessus.



Terminez en pochant un point de pâte à choux

- A l'aide d'un petit pinceau passez de la dorure (un restant d'oeuf battu) sur chaque chou en tapotant tout doucement et surtout en évitant de la laisser couler sur la plaque. 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.



A l'aide d'un petit pinceau passez de la dorure

- Entourez chaque petit chou d'un cercle en métal d'un centimètre plus grand que le diamètre du chou. Cela va centrer vos choux lors de la cuisson: ils monteront plus droits. Enfournez à 180° pendant 10 à 15 mn.



Entourez chaque petit chou d'un cercle en métal d'un centimètre plus grand que le diamètre du chou

- A la fin de la cuisson disposez les choux sur une grille. Laissez refroidir.



A la fin de la cuisson disposez les choux sur une grille

### La sauce au chocolat

- Faites chauffer au bain marie le chocolat, la crème et les épices. Mélangez pour obtenir une sauce onctueuse. Il ne reste plus qu'à dresser.



Faites fondre le chocolat au bain marie

## Dressage

- Disposez trois choux par assiette ainsi que des petites boules de glace (taillez -les avec une cuillère parisienne). Versez de la sauce chocolat sur chaque chou. J'ai saupoudré l'ensemble de brisures de spéculos. C'est très très très bon... Moelleux, croustillant, croquant, craquant, gourmand...



Petits choux chocolat « Cincinfeuilles » d'après une recette de Philippe Conticini



Petits choux chocolat « Cincentsfeuilles » d'après une recette de Philippe Conticini

Cette recette est extraite du livre « Sensation choux » dans lequel Philippe Conticini nous transporte une fois encore dans son univers délicat et subtil, à la découverte d'une pâtisserie qu'il affectionne particulièrement : le chou. Ce maestro de la gourmandise partage avec nous ses techniques et recettes de base, et nous initie aux sensations délicieuses de ce petit bout de gâteau qu'il sublime : entre ses mains, la pâte à chou se fait moelleuse, croustillante, fondante, crémeuse...Je ne saurais que vous conseiller l'achat de ce livre car vous n' imaginez pas ce que vous pouvez réaliser à partir d'une pâte à chou! Vous pouvez acquérir cet ouvrage en cliquant sur la photo ci-dessous:



Sensations Choux

---

# Crème douceur chococafé



Crème douceur chococafé

## Matériel

- un entonnoir à piston: cet ustensile est ultra pratique pour verser vos préparations liquides avec précision sans jamais en répandre tout autour...Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous.



Entonnoir Cuisine, Asixx Entonnoir à Piston en Acier Inoxydable avec Support pour Crème Sauce Pâtisserie

## **Ingrédients pour 7 verrines**

Pour la meringue au café

- 40 g de blanc d'œuf
- 90 g de sucre semoule
- 1 cuillerée à café de Trablit (extrait de café). Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



TRABLIT Extrait de Café Liquide 90 ml

Pour la crème

- 500 g de lait
- 60 g de chocolat noir en pastilles ou en petits morceaux
- une pincée de fleur de sel
- 4 œufs
- 50 g de sucre de fleur de coco: le sucre de fleur de coco est très intéressant sur le plan diététique car il contient beaucoup de vitamines et de minéraux contrairement au sucre blanc qui lui ne fournit que des calories vides. De plus il a un pouvoir sucrant beaucoup plus important donc il faut en mettre deux fois moins...
- une cuillerée à soupe de Trablit ou extrait de café
- une cuillère à café d'extrait de vanille. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous:



Extrait naturel de vanille bourbon de Madagascar x 100 ml

Pour les brisures de chocolat

- une barre de chocolat noir

## Préparation

- **Pour la meringue au café:** sa cuisson prend 3 heures donc on commence par la meringue. Vous pouvez la réaliser la veille; elle se conserve très bien et longtemps dans une boîte hermétique à température ambiante. Battez les blancs en neige en ajoutant le sucre en trois fois: la première quand les blancs commencent à mousser légèrement, la seconde en cours de battage et la troisième juste à la fin en augmentant la vitesse très peu de temps. Puis intégrez l'extrait de café toujours au fouet rapidement.



Intégrez l'extrait de café

- Remplissez une poche à douille et formez des lignes serrées ainsi que des belles mini meringues sur une surface anti adhésive. Enfournez à 90° pendant 3 heures. Les mini meringues serviront pour la décoration et vous briserez les lignes en fins morceaux.



Pochez la meringue

- La meringue cuite et refroidie, réservez les minis meringues et réalisez de fines brisures avec le reste. Réservez dans une boîte hermétique.



Réalisez de fines brisures avec la meringue

- Pour rendre vos minis meringues encore plus mignonnes, vous pouvez les saupoudrer de cacao avant de les placer sur vos crèmes...



Saupoudrez un peu de cacao  
sur vos minis meringues

- Faites chauffer le lait dans lequel vous aurez versé l'extrait de café et de vanille.



Faites chauffer le lait

- Versez le lait chaud sur les 60 g de pastilles de chocolat. Attendez quelques minutes et mélangez bien.



Versez le lait chaud sur les  
60 g de pastilles de

## chocolat

- Battez les œufs avec le sucre; le mélange doit doubler de volume et blanchir.



Battez les œufs avec le sucre

- Ajoutez le lait parfumé au chocolat au mélange jaune d'œuf et sucre.



Ajoutez le lait parfumé au chocolat au mélange jaune d'œuf et sucre

- Remplissez vos verrines et déposez-les dans un plat contenant déjà de l'eau bien chaude et enfournez à 170° pendant 30 minutes. Puis laissez refroidir à température ambiante et gardez-les au frais ou bien servez-les 30 minutes après cuisson. Ces verrines

peuvent se servir tièdes ou froides. Je les préfère tièdes (dans ce cas repassez -les au four à 50° pendant 10 minutes si elles ont refroidies) car je trouve qu'un peu de chaleur exhale plus d'arômes...



Enfournez à 170° pendant 30 minutes

## Dressage

- Concassez une barre de chocolat noir en petit morceaux.



Concassez une barre de chocolat noir en petit morceaux

- Juste avant de servir (et après tout passage au four) saupoudrez une couche de concassé de chocolat puis une couche de brisures de meringue au café. Ne le faites pas avant car la meringue va ramollir en absorbant un peu

d'humidité de la crème.



Saupoudrez une couche de concassé de chocolat puis une couche de brisures de meringue

- Finissez en déposant une mini meringue sur le dessus de la crème.



Finissez en déposant une mini meringue sur le dessus de la

crème

---

# Baba de Noël (recette Thermomix)

Cette année on sort un peu des codes en réalisant un magnifique et savoureux baba qui va remplacer avec beaucoup d'élégance la traditionnelle bûche. Réalisez-le simplement et facilement avec votre Thermomix!



Baba de Noël (recette Thermomix)

Et si vous habitez en Belgique, contactez-moi à l'adresse

mail suivante pour assister à une démonstration gratuite du tout nouveau Thermomix, le TM6:

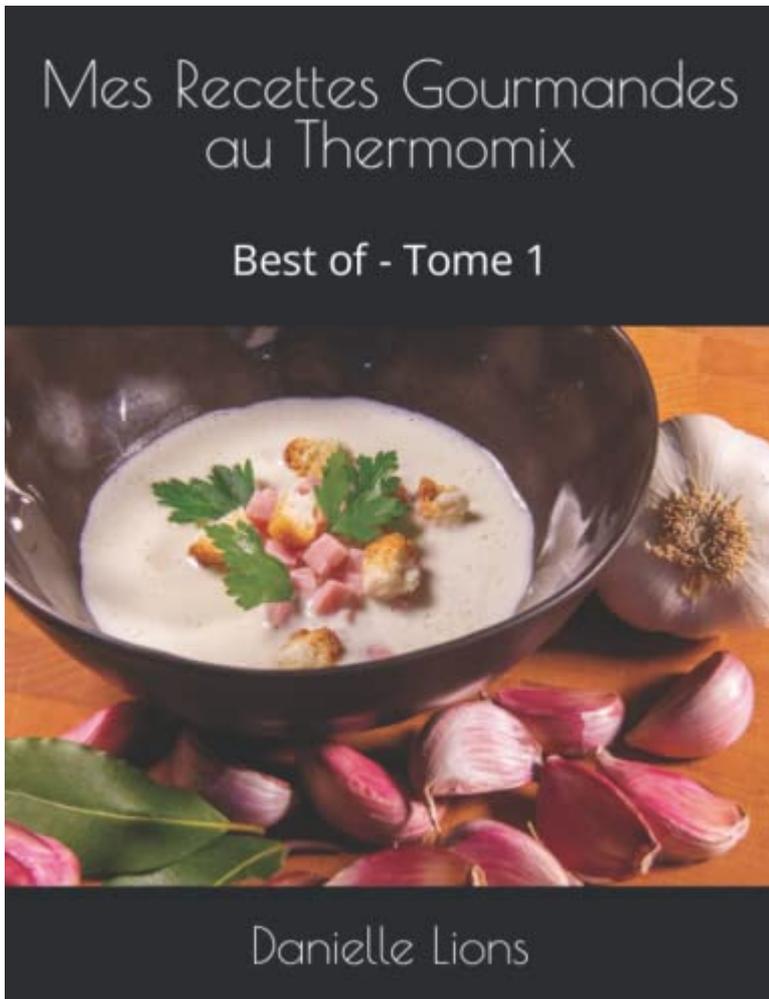
**[gourmantissimes@gmail.com](mailto:gourmantissimes@gmail.com)**

Je me ferai un plaisir de vous proposer cette démonstration en toute convivialité dans ma cuisine ou chez vous ou même en live par What'sApp. Nous réaliserons tout un repas que vous dégusterez par la suite. Il comprendra la réalisation d'un bon pain tout chaud, une entrée, un plat et un merveilleux dessert...et vous y apprendrez plein d'astuces culinaires!

Pour connaître les prochaines dates de démonstration cliquez [ici](#).

Vous désirez concocter d'autres recettes gourmandes au Thermomix? Mon dernier livre « Mes recettes gourmandes au Thermomix vient de paraître. J'ai voulu avec ce livre, vous proposer un recueil de mes meilleures recettes au Thermomix et en particulier des « plats all in one » sains et goûteux, réalisable en 30 à 40 mn, pour la plupart sans autre mode de cuisson que votre Thermomix et surtout sans avoir le nez dans vos casseroles! Ce livre permet de réaliser sans stress 100 recettes gourmandes dont 40 plats ou menus all in one.

Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous



Mes Recettes Gourmandes au Thermomix: Best of - Tome 1

**Temps de préparation: 15 minutes**

**Temps de pousse: 45 minutes à une heure**

**Temps de cuisson: 20 minutes**

**Difficulté: facile**

**Matériel**

- un moule à savarin en silicone de 18 cm de diamètre et 6

cm de haut. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



silikomart SAVARIN 180/1 Moule Silicone ø180/60 H 50 MM Blanc

- une râpe microplan pour zester le plus finement possible votre zeste d'orange; vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous:



Microplane Râpe à zesteur en couleur Noir pour agrumes, parmesan, gingembre, chocolat et noix de muscade avec lame fine - Fabriqué aux États-Unis

- une poche à douille. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci-dessous: