

Les pancakes soufflés de mon amie Sara

En visite chez mon amie américaine Sara, nous avons eu le ravissement de déguster de magnifiques, succulents et nuageux pancakes; elle a la gentillesse de nous en livrer ici sa recette qui lui vient de sa maman! Profitez en bien à l'occasion de la chandeleur car ils sont absolument délicieux. Je les ai parfumé légèrement à la fleur d'oranger.



Les pancakes soufflés de mon amie Sara

Ingrédients: pour une quinzaine de pancakes

- 100 g de farine
- un sachet de baking powder
- 40 g de sucre
- une demi cuillère à café de sel
- 6 jaunes d'oeuf (battus)

- 6 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- 6 blancs d'oeuf avec 3 cuillères à soupe de sucre
- une cuillerée à soupe de fleur d'oranger (facultatif)



Ingrédients

Matériel:

Vous n'aurez besoin d'aucun matériel spécial mais j'ai trouvé chez « Alice Délice » un petit ustensile très pratique; ce sont des anneaux collés entre eux qui permettent de mouler parfaitement vos pancakes dans la poêle pour qu'ils aient tous le même diamètre...



Préparation:

- Tamisez farine et baking powder dans un grand bol. Ajoutez le sucre et le sel.



Tamisez la farine

- Clarifier les œufs (séparez le blanc des jaunes).



Clarifiez les oeufs

- Battez légèrement les jaunes à la fourchette.



Battez légèrement les jaunes
à la fourchette

- Ajoutez les jaunes battus et la crème fraîche au mélange

farine sucre et mélangez bien. Aromatisez avec la fleur d'oranger si vous le désirez.



mélangez bien

- Montez les blancs en neige.



Montez les blancs en neige

- Ajoutez délicatement les blancs en neige au mélange.



Ajoutez délicatement les

blancs en neige au mélange

- Dans une poêle faites cuire à feu doux avec un peu de beurre. Si vous n'avez pas les moules dont je vous ai parlé en début d'article déposez deux ou trois petites louches de pâte dans la poêle à l'aide d'une cuillère à soupe.



- Au bout de deux minutes environ retournez les pancakes à l'aide d'une spatule coudée. Si vous utilisez les moules ôtez les à ce moment là. Cuire encore une minutes ou deux.



- Réservez-les sur une assiette au fur et à mesure et nappez les de sirop d'érable ou pour plus d'originalité de gelée de citron (voir la recette de la gelée de citron en cliquant [ici](#)).



Crêpes caramélisées à la fleur d'oranger de Philippe Conticini

Après les « Crêpes, crème Délice au miel et pignons » voici une autre recette de crêpes très originale : les « Crêpes caramélisées à la fleur d'oranger » élaborées à base d'une pâte à choux. La délicatesse de la fleur d'oranger et la caramélisation en fin de cuisson nous prennent la main pour un voyage gourmand au pays des milles et une saveurs...



Crêpes caramélisées à la fleur d'oranger de Philippe Conticini

D'autres recettes de crêpes?

- **Crêpes délice au miel et aux pignons. Pour la recette cliquez [ici](#).**
- **Crêpes gourmandes parmentières. Pour la recette cliquez [ici](#).**

Et pour d'autres recettes ultra gourmandes du Chef je vous conseille son livre » Conticini en live ». Pour le commander cliquez sur la photo ci-dessous:



Philippe Conticini en live

Difficulté: facile

Ingrédients (pour environ 6 à 8 crêpes)

Pour la pâte:

- 100 g d'eau
- 80 g de lait (le chef utilise du lait demi écrémé)
- 2 cuillerées à soupe d'huile de pépins de raisin
- 60 g de beurre
- une pincée de fleur de sel
- 20 g de miel
- 40 g de sucre semoule
- 70 g de farine tamisée (dans la recette initiale Philippe Conticini utilise 45 g de farine 55 et 25 gr de farine de blé complet)
- 50 g de semoule extrafine

- 2 œufs
- 5 g de levure chimique
- 6 g de levure de boulanger delayée dans 40 g d'eau légèrement tiédie
- 50 g de fleur d'oranger
- 35 g de lait demi écrémé

Pour la cuisson des crêpes:

- beurre
- sucre pour la caramélisation

Préparation:

- Tamisez la farine.



Tamisez le farine

- Portez à ébullition les 100 g d'eau, les 80 g de lait, le beurre, l'huile, la fleur de sel, le miel et le sucre.



Portez à ébullition l'eau,
le lait, le beurre, l'huile,
la fleur de sel, le miel et
le sucre

- L'ébullition atteinte, sortez la casserole du feu et ajoutez en une fois la farine et la semoule.



Ajoutez la farine et la
semoule

- Mélangez bien à la spatule jusqu'à obtenir une pâte épaisse appelée « panade ».



Mélangez bien à la spatule

- Remettez la casserole sur le feu et desséchez la panade en la tournant en permanence avec la spatule pendant une minute. Elle doit former une masse compacte qui se décolle des bords de la casserole.



Desséchez la panade sur le feu

- Déposez cette panade dans la cuve de votre batteur (ou dans un grand bol). A l'aide d'un fouet faites la refroidir. Si vous avez un robot pâtissier utilisez la feuille à vitesse moyenne. Dès que la panade n'émet plus de vapeur incorporez les œufs un à un.



Faire refroidir et incorporez les œufs

- Puis ajoutez la levure chimique, la levure boulangère délayée, les 35 g de lait et la fleur d'oranger.



Puis ajoutez la levure chimique, la levure boulangère délayée, les 35 g de lait et la fleur d'oranger.

- Votre pâte est prête. Laissez reposer 4 à 5 heures au frais.



Laissez reposer 4 à 5 heures au frais

Cuisson:

- Dans une poêle chaude préalablement graissée, versez une louche de pâte à crêpes.



Versez une louche de pâte à crêpe

- Faire cuire 2 mn à feu moyen et roulez la crêpe sur elle même. Réservez les au chaud (four 65°) le temps de cuire toutes les crêpes.



Roulez la crêpe sur elle même

- Dans une poêle, versez du sucre en poudre et faire un caramel léger (pas trop coloré).



Faire un caramel

- Posez les crêpes dans la poêle et roulez les dans le caramel liquide de manière à bien les enrober. Ces crêpes se mangent tout de suite: elles se dégustent tièdes ou chaudes dès la caramélisation terminée. Il faut dire qu'elles sont tellement bonnes qu'il n'en reste jamais...



Caramélisez les crêpes





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

Le saviez vous?

Philippe Conticini est un chef de cuisine et chef-pâtissier français né le 16 août 1963 à Choisy-le-Roi dans le Val-de-Marne. Distingué tant pour ses travaux sucrés que salés, il est considéré par ses pairs et par les médias comme une des figures majeures de la gastronomie contemporaine française et internationale.

Ayant travaillé en France, aux États-Unis et au Japon, il est à l'origine de quatre innovations qui ont transformé la scène culinaire internationale. Il invente notamment en 1994 le principe des verrines qui transpose verticalement et en transparence des mets traditionnellement servis à plat. Il est un des premiers chefs à avoir travaillé avec des produits de grande consommation, soucieux de montrer que la gastronomie n'était pas réservée à une élite. Il est également l'un des

premiers à avoir réinventé les classiques de la pâtisserie française pour les adapter aux goûts d'aujourd'hui (moins de sucre, plus de légèreté, plus d'intensité de goûts), notamment avec la tarte Tatin, le Paris-Brest ou le Saint-Honoré. Enfin il lance en France le concept des « bars à choux » dont le montage express sur les lieux de dégustation permet une structure de textures (entre crème et pâte à chou) et de goûts (entre craquelin, crème principale et insert) en mesure de restituer l'intégralité des qualités gustatives de ce produit loin du lieu de fabrication. Depuis, le chou connaît un succès grandissant et est en passe de devenir la nouvelle pâtisserie de référence après le macaron et les cupcakes.

Après avoir obtenu plusieurs récompenses et officié au sein d'établissements étoilés (La Table d'Anvers, Petrossian...), il est le cofondateur et le chef pâtissier de la Pâtisserie des Rêves.

Il attache aujourd'hui une grande importance à transmettre des émotions par ses réalisations et à démocratiser le travail du goût.

Très présent dans les médias, il intervient notamment en 2012, 2013 et 2014 dans l'émission Le Meilleur pâtissier sur M6, ainsi que dans l'émission Qui sera le prochain grand pâtissier ? diffusée en 2013 sur France 2.



Philippe Conticini

Source: Wikipédia

Crêpes, crème Délice au miel et pignons

Demain c'est la Chandeleur! Voici une recette de Roger Vergé, meilleur ouvrier de France, qui va ravir vos papilles. Les crêpes réalisées à partir de cette recette sont très légères et la crème aérienne qui les accompagne est une damnation...

Vous désirez d'autres recettes de crêpes?

- Crêpes gourmandes parmentières. Pour la recette cliquez [ici](#).
- Crêpes caramélisées à la fleur d'oranger de Philippe Conticini. Pour la recette cliquez [ici](#).



Crêpes, crème
Délice au miel et
pignons

Pour environ 8 crêpes

Ingrédients pour la pâte à crêpe:

- 90 g de farine tamisée
- 2 oeufs
- 25 g de sucre
- 3 cuillerées à soupe de jus d'orange frais
- 20 cl de lait
- 30 g de beurre
- une pincée de sel



Ingrédients crêpes

Ingrédients pour la crème Délice au miel et pignons:

- 25 cl de crème fraîche liquide
- 4 jaunes d'oeufs
- 100 g de miel fondu. Choisissez un miel solide que vous ferez fondre au micro onde pour le rendre liquide.
- quelques gouttes de pastis
- 3 cuillerées à soupe de pignons



Ingrédients crème Délice

Préparation

Pour la pâte à crêpes

- Faire blondir 30 g de beurre en beurre noisette. Pour cela faire fondre le beurre à feu doux sans le remuer pendant la cuisson. Le beurre va dorer et foncer au fur et à mesure de la cuisson. Il a alors une senteur de noisette d'où son nom. Laissez le un peu refroidir à température ambiante avant de l'incorporer à la pâte à crêpe.



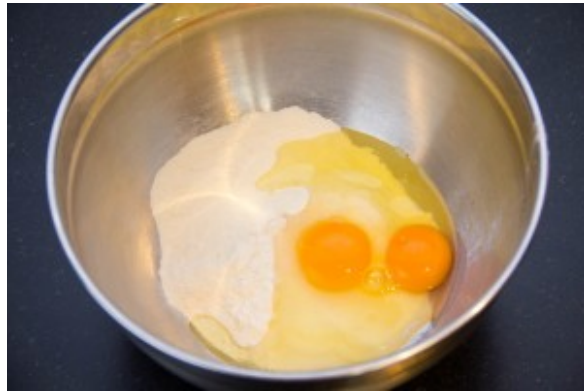
Faire fondre le beurre de manière à obtenir un beurre noisette

- Tamisez la farine.



Tamisez la farine

- Versez la farine dans un grand bol et mélangez la avec les œufs, le sucre, le sel, le jus d'orange.



Versez la farine, le sucre, le sel et les œufs dans un cul de poule

- Puis incorporez progressivement le beurre noisette tiède et le lait.



Mélangez le tout et ajoutez

le beurre



Puis ajoutez le lait

- Laissez reposer 30 mn.

Pour la crème Délice

- Commencez par griller à sec les pignons au four à 180° .



Faire griller les pignons à sec

- Montez la crème en chantilly pas trop ferme.



Montez la crème en chantilly

- Ajoutez les jaunes d'œufs à la crème.



- Faire fondre le miel au micro onde et ajoutez le à la crème. Le miel doit être chaud pour bien se mélanger à la crème mais pas bouillant. La consistance de la crème devient légèrement plus liquide.



Puis ajoutez le miel fondu

- Puis terminez par le pastis ; personnellement j'en

ajoute environ une cuillerée à soupe mais vous pouvez ne pas en mettre si vous n'aimez pas.



Et enfin le pastis

- Versez la crème dans un siphon.



Versez la crème dans un siphon

Fermez le siphon et insérez la cartouche de gaz (une cartouche pour un siphon de 500 ml et deux pour un siphon d'un litre, quelque soit la quantité de liquide que vous versez dedans). Réservez au frais.

Cuisson et préparation des crêpes

- Cuire les crêpes à la poêle avec du beurre.



- Roulez les crêpes.



Roulez les crêpes

- Parez les crêpes (coupez en le extrémités pour que les bords soient bien nets). Coupez les en trois tronçons de tailles différentes.



Parez les crêpes

Dressage

Dressez les tronçons de crêpes dans l'assiette: il faut que la base de chaque tronçon soit bien droite pour tenir debout, d'où l'utilité de bien couper les extrémités de la crêpe et d'en faire des tronçons bien nets.



Dressez les tronçons de crêpes dans l'assiette

- Remplir chaque tronçon de crème à l'aide du siphon.



Les remplir de crème

- Parsemez de pignons qui apporteront un petit croquant sympathique. C'est prêt à être dégusté!



Parsemez de pignons

Le saviez vous?

Roger Vergé est une des figures de la gastronomie française contemporaine. La passion de la cuisine lui vient de sa tante Célestine qu'il mettra à l'honneur dans ses nombreux livres.

Il a contribué au développement de la renommée de la cuisine française, notamment en s'associant avec Paul Bocuse et Gaston Lenôtre pour créer le Pavillon français a Walt Disney World à Orlando en Floride.

L'histoire de son restaurant » Le Moulin de Mougins » débute en 1969. Roger Vergé et sa femme Denise s'installent sur la

Côte d'Azur après des étapes à Cavalière et en Jamaïque. Très vite, le succès est au rendez-vous et la première étoile au Guide Michelin arrive en 1970. La deuxième est décrochée en 1972 et la consécration arrive en 1974 avec la troisième étoile.

Roger Vergé a également – dans les années 1970 – crée une deuxième adresse dans le cœur historique du village de Mougins : L'Amandier de Mougins. Anedocte, c'est à l'Ecole de l'Amandier de Mougins que j'ai fait mon premier stage de cuisine.

Beaucoup de chefs prestigieux ont officié dans ses cuisines sous sa direction : David Bouley, Daniel Boulud, Alain Ducasse, Jacques Chibois, Serge Chollet, Gilles Goujon, Denis Fétisson, Jacques Maximin, Daniel Rozier (chef pâtissier à l'Amandier) et bien d'autres.

En 2003, Roger Vergé se retire des fourneaux et cède Le Moulin de Mougins à Alain Llorca, jeune chef prometteur qui officiait alors au Negresco à Nice.

En 2006, La première édition du Festival international de la gastronomie et des arts de vivre de Mougins lui rend hommage pour sa contribution à la ville de Mougins et à la gastronomie.



Roger Vergé

Source: Wikipédia