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:

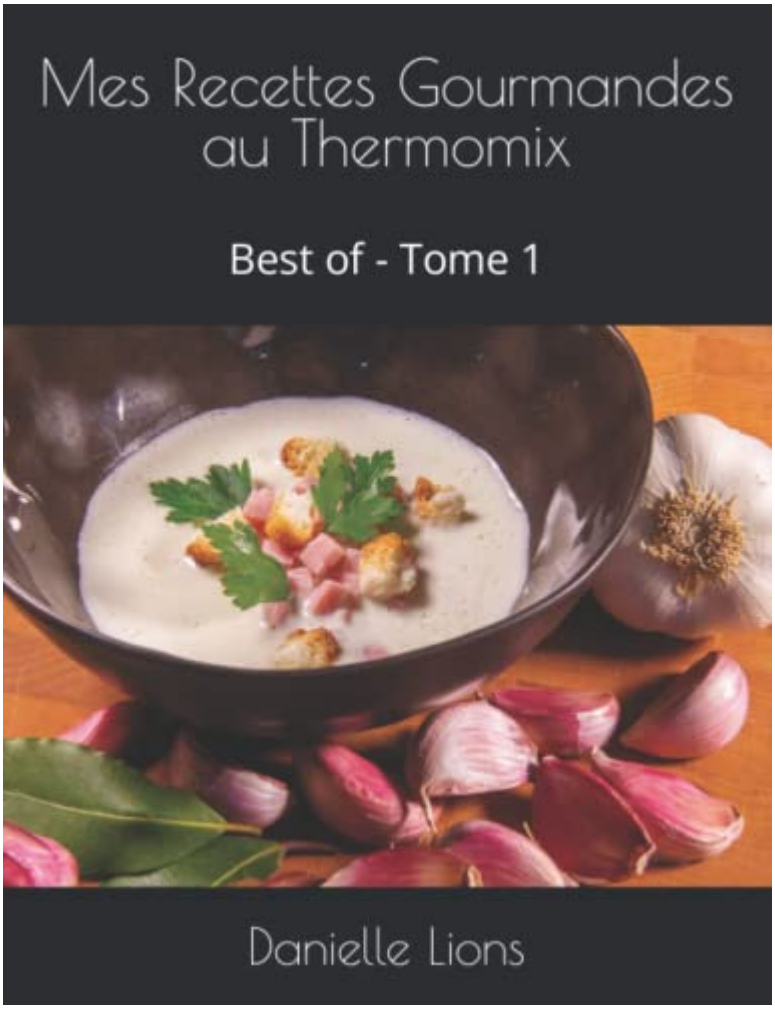
gourmantissimes@gmail.com

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 connaitre 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 paraitre. 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: 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.
- Etalez 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. Etalez la pâte en rectangle et recommencez l'opération deux fois: roulez la pâte sur elle-même , mettre 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)

Pâte feuilletée rapide et facile!

Cette recette de pâte feuilletée est ultra simple et beaucoup plus rapide que la recette traditionnelle. Elle nécessite juste un robot mixeur et il vous faudra moins d’une heure pour la réaliser selon la température ambiante: pas besoin de tamiser la farine, pas besoin de faire une détrempe et surtout pas besoin de pliages compliqués pour maintenir le beurre bien à l’intérieur de la pâte!

Pour une comparaison avec la recette traditionnelle, beaucoup plus technique et difficile à réaliser cliquez ici!

Pâte feuilletée rapide et facile!

Ingrédients pour environ 270 g de pâte feuilletée

- 110 g de beurre **congelé coupé en petits morceaux**
- 110 g de farine
- 50 g d’eau **bien froide** réservée au frigo
- une demi cuillerée à café de sel

Matériel

- du papier cuisson
- un robot coupe mixeur

robot coupe

Préparation

- Coupez le beurre congelé en petits morceaux.

Coupez le beurre congelé en petits morceaux

- Mixez le beurre **congelé**, la farine, la 1/2 cuillerée à café de sel et l’eau **bien froide**. Vous allez obtenir une sorte de sablage assez gras.

Mixez le beurre, la farine et l’eau

- Versez ce sablage sur une surface anti adhésive.

Versez le mélange sur du papier cuisson

- Formez **rapidement** une boule de pâte.

Façonnez rapidement une boule de pâte

- Étalez la pâte **entre deux feuilles de papier cuisson** et donnez-lui la forme d'un rectangle d'une épaisseur de 3 à 4 mm. Remettez au frais pendant 15 mn si nécessaire à savoir si votre pâte devient trop molle et trop collante pour être travaillée. Plus la température de votre cuisine sera élevée, plus la pâte devra être mise au frais entre deux manipulations. S'il fait bien frais et que la pâte reste malléable sans être trop molle vous pouvez sauter un ou deux passages au frais…

Étalez la pâte entre deux feuille de papier cuisson

- Ôtez la feuille du dessus. Roulez la pâte sur elle-même de haut en bas. Le rouleau doit être à **l'horizontal** devant vous.

Roulez la pâte sur elle-même

- Tournez-la d'un quart de tour sur la droite: le rouleau

doit être à **la verticale** devant vous. Mettez le rouleau au congélateur 10 mn à 15 mn au frais si la pâte est trop molle . Sinon recommencez la même opération encore deux fois toujours entre deux feuilles de papier cuisson: étalez en rectangle entre les deux feuilles de papier, roulez la pâte sur elle-même de haut en bas et tourner d'un quart de tour…

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 (déjà disposée dans son moule , garnie ou pas selon l'utilisation que vous en ferez).

Donnez enfin la forme que vous désirez à votre pâte…

- Pour vous donner une idée du feuilletage obtenu voici une photo d’un carré de pâte de 6 cm de côté cuite à 190° pendant 30 mn et quelques petits feuilletés au fromage pour l’apéritif (190° pendant 20 mn)…

Pâte feuilletée rapide et facile!

pâte feuilletée facile