

# Panna cotta Légère

La panna cotta c'est bon, mais comme c'est fait avec de la crème c'est souvent assez lourd et gras. Alors j'ai décidé de tester une version un peu plus light.

Pour 4 personnes (pour 4 petits ramequins) :

40cl de crème liquide à 12% (voire à 3%, mais je ne garantie rien, je n'ai pas testé) – 2 feuilles de gélatines – Une gousse de vanille (voire une 1CS d'extrait de vanille liquide pour intensifier le goût) – un mélange de fruits rouges (fraises, framboises, mûres) – 60g de sucre – 2CS de sucre pour le coulis

Dans une casserole faites chauffer la crème avec la gousse de vanille fendue en deux. Ajoutez aussi les 2CS de l'extrait de vanille (si vous choisissez d'en utiliser) laissez frémir à feu moyen. Pendant ce temps, faites ramollir la gélatine dans de l'eau froide. Quand la crème frémit, retirez la gousse de vanille et ajoutez le sucre. Mélangez bien pour dissoudre le sucre. Laissez frémir de nouveau. dès que la crème frémit, ajoutez la gélatine hors du feu.

Placez la crème dans vos 4 ramequins (attention il doit y avoir de la place pour mettre le coulis de fruits rouges). laissez refroidir à température ambiante. Quand c'est assez « froid » placez-les dans votre réfrigérateur en 2 et 3h avant de servir.

Dans un mixer, mettez vos fruits et votre sucre. Mixer pour avoir un coulis sans morceaux. Pour les plus courageux, vous pouvez passer votre coulis au chinois pour ne plus avoir les graines de framboises, fraises... Placez votre coulis au frais (et ajoutez du sucre si vous trouvez que ce n'est pas assez sucré).

Avant de servir, ajouter dans le ramequin du coulis de fruits

rouges. C'est très frais et très léger ! Dessert simple et rapide à faire.

---

## LE dessert d'anniversaire

Ingrédients pour 8 personnes du dessert (moelleux au chocolat) : 150 g de chocolat au lait, 12 carrés de chocolat lait ou blanc, 80 g de beurre, 90 g de sucre en poudre, , 2 c. à soupe rases de farine, 4 oeufs, 3 CS de crème liquide

Préchauffez le four Th.8 (240°C).

Faites fondre le beurre et le chocolat (sauf les 12 carrés) comme vous avez l'habitude. le mélange doit être bien lisse et brillant.

Fouettez les œufs et le sucre. Ajoutez la farine puis le chocolat fondu en remuant sans arrêt. Sinon l'œuf pourrait cuire...

Beurrez 8 petits moules individuels.

Remplissez-les à moitié de pâte et posez au centre 2cc du mélange chocolat/crème\*.

Répartissez le reste de pâte dans les moules et enfournez.

Faites cuire 10/12 min (en fonction du four) et servez dès la sortie du four, avec la glace dessus.

\* Pourquoi je fais un mélange chocolat/crème plutôt que de mettre des carrés de chocolat, tout simplement ? Parce que j'ai souvent remarqué que mon chocolat cuit au lieu de fondre. même problème avec la pâte à tartiner... Du coup, je fais en sorte que ce soit toujours liquide

Pour la glace : Perso je l'ai fait avec ma sorbetière, mais si vous n'en avez pas, vous pouvez toujours récupérer la recette de ma glace ici et ajouter un petit sachet de noix de macadamia nature et un petit sachet de noix de pécan nature concassés et torréfiés à la glace. Je pense que se sera tout aussi bon \o/

Bon dessert !

---

## Ma lutte contre les macarons

J'affirme haut et fort, que oui... j'ai (presque) réussi à faire des macarons !

Je trouve ça difficile à faire. Moi qui cuisine souvent (pour ne pas dire toujours) à l'instinct... la pâtisserie requiert une précision que je n'utilise pas d'habitude dans ma cuisine. Qu'à cela ne tienne, je vais tenter !

Après avoir essayé plusieurs recettes et essuyé plusieurs défaites, j'ai donc mélangé les recettes pour arriver à un résultat presque satisfaisant. J'ai utilisé les recettes où ils parlent de « tant pour tant » et utilisé quelques conseils d'ici et là...

le pire... c'est la cuisson pour moi qui est un four à gaz, j'ai du faire comme ma grand-mère et bloquer une cuillère en bois pour laisser la porte du four entre-ouverte, histoire que mon four soit en version « chaleur tournante ». mon erreur, c'est d'avoir mis 3 plaques de macarons d'un coup dans le four... Certains brûlent, d'autres ne montent pas. Et aussi, je ne les pas assez espacé sur la plaque...

Mais voilà le résultat (je suis quand même un peu fière). Le

macaron est nature avec de la pâte de nutella® ... Miam !

---

## Le fameux gâteau au yaourt

1 yaourt nature de 125g – 3 œufs – 3 pots de farine – 1 pot  $\frac{1}{2}$  de sucre –  $\frac{1}{2}$  pot de miel doux – 1 sachet de levure chimique – 1 pot de beurre fondu

Dans un saladier mélangez votre yaourt, sucre et les œufs. Faites fondre le beurre et ajoutez au mélange avec le miel. Vous devez avoir un mélange homogène.

Mélanger dans un autre saladier, votre farine et votre levure. Ajouter ensuite le mélange farine/levure à votre pâte de yaourt. La pâte doit être au final assez liquide. Ce ne doit pas être une pâte qu'on étire au rouleau.

Placez le mélange dans un moule à cake ou à gâteau et enfournez à 200° dans un four préchauffé pendant 30/40min. Vérifier votre cuisson en piquant avec la lame d'un couteau votre gâteau. Si votre lame ressort propre, votre gâteau est cuit !

Laisser refroidir un peu avant de démouler. Le gâteau peut être mangé nature ou avec une glace ou une crème anglaise.

---

## Mes profiteroles à ma façon

Tout le monde aime les profiteroles... mais c'est toujours la même chose : choux, crème pâtissière et chocolat fondu. Les

puristes vous diront qu'il n'y a que cette façon pour appeler ça des profiteroles et les manger. Mais moi j'ai eu envi de changer...

Par personne :

\_ 4 à 6 choux (selon les gourmands). Si vous avez du temps, vous pouvez même les faire vous-même !

Pour environ 200g de crème (pour remplir les choux)

- \_ 1 œuf
- 1/4 de litre de lait entier de préférence
- 50 g de sucre
- 35 g de farine
- \_ 1 cc d'arôme d'amande douce

Le coulis :

- \_ 150g de mélange fruits rouges (fraises, framboises, etc.)
- \_ du sucre pour le coulis (c'est à votre goût. Certaines personnes aiment l'acidité du fruit rouge)

Si vous choisissez de faire vous même vos choux, commencer par ça, histoire qu'ils soient à température ambiante.

Dans un saladier, mélanger tous vos ingrédients pour la crème sauf le lait (l'œuf, le sucre et la farine).

Ensuite faites bouillir votre lait avec la cuillère d'arôme d'amande et versez-y doucement en remuant votre mélange précédent. Mélangez à feu doux quelques minutes jusqu'à épaississement du mélange type crème.

Retirez du feu, laissez refroidir et placez ensuite au froid.

Préparation du coulis :

Mixez vos fruits rouges avec votre dosage de sucre. Passez le tout au chinois pour retirer les gros morceaux et les pépins. Réservez.

Avec une poche à douille, garnissez vos choux et disposez-les à votre goût dans une assiette ou une coupelle. une fois vos choux garnis, couvrez (comme vous auriez fait avec du

chocolat) avec votre coulis de fruits rouge...  
Les plus gourmands pourront ajouter de la crème fouettée...

---

## **Glace maison sans sorbetière**

1L de crème liquide entière – 4 blancs d'œufs – sucre glace – agréments : extrait de vanille, chocolat en poudre et en morceaux, pâte à tartiner, etc.

**ATTENTION** : pour faire le mélange il faut un grand (grand) saladier, sinon on ne s'en sort pas...

Avant toutes choses placez votre crème et votre récipient pour faire de la crème fouettée (bol de mixer ou saladier) dans le frigo 2h avant de commencer. C'est mieux aussi si vos œufs sont froids.

Versez 1/3 de votre crème dans votre bol de mixer (ou saladier) – Réservez le reste au froid – Montez votre crème en chantilly ferme. Reproduire l'opération avec l'ensemble de la crème. Mettre la chantilly au frais pendant le reste de la recette.

Montez votre 4 blancs d'œufs en neige avec une pincée de sel (ça monte toujours mieux).

Dans votre grand (grand) saladier, mettez votre chantilly puis ajoutez au fur et à mesure vos œufs neige avec délicatesse (comme pour une mousse au chocolat) ça ne doit pas casser les œufs. Une fois l'ensemble mélangé, ajoutez le sucre glace à votre convenance (selon si vous aimez très sucré ou peu). Ce mélange c'est la base de la glace. Ensuite dans chaque boîte en plastique (qui va au congélateur) vous allez faire votre mélange pour donner le parfum de votre glace. Chocolat en

poudre, Cookies, extrait de vanille liquide, etc. Ce qui est bien c'est d'avoir une base vanille si vous ajoutez des cookies ou des morceaux de chocolat. Placez vos boites au congélateur au moins 12h avant consommation.

---

## Lassi à la mangue

Fromage blanc 0% – sucre en poudre, Mangue fraîche – lait (1 verre)

Eplucher et découpez la mangue. Mettre dans un mixer tous les ingrédients et mixer pendant un certain temps. Si c'est trop pâteux, n'hésitez pas à ajouter du lait. C'est un genre de milkshake finalement mais sans la glace ^^.

---

## Mes cookies

1 œuf entier -225g de farine blanche – 125g de beurre doux – 1 sachet de levure chimique – 125g de sucre en poudre – 75g de cassonade – 150g de pépites de chocolat – 2CS d'extrait de vanille.

Dans un saladier mélangez le sucre, la cassonade et l'œuf. Bien remuer pour obtenir un mélange homogène. Ajoutez la levure et la vanille. Remuer à nouveau.

Ajoutez le beurre fondu qui a refroidi un peu au mélange. Remuez. Versez ensuite les pépites de chocolat (attention, le mélange ne doit pas être trop chaud, sinon ça va fondre). Mélangez.

Ajoutez la farine au fur et à mesure en mélangeant. Mettez la pâte dans du film alimentaire et faites-en un beau boudin de 3/4cm d'épaisseur. Laissez reposer 1h au froid.

Pendant ce temps, préparez une plaque pour le four recouverte de papier cuisson. Quand la pâte a bien refroidi coupez des palets d'1cm d'épaisseur et posez les sur le papier cuisson (assez espacé, parce que ça gonfle).

Préchauffez votre four à 180° et enfournez pendant 7min environ. Même si après 7 min les cookies vous semblent peu cuits, c'est normal, ils s'assècheront en dehors du four. Sinon ils sont trop croquants. Personnellement je les aime un peu moelleux.

Recommencez l'opération tant que vous avez de la pâte à cookie.