

Gâteaux

Gourmand aux fraises



1h55

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

55 min

CUISSON

0

REPOS

550

CALORIES

Étape 1

Préparation des gourmands

- 1 Préchauffer le four à 160°C (Th.5).
- 2 Verser l'eau dans une casserole avec le sucre, faire chauffer jusqu'à petite ébullition pour réaliser un sirop de trente.
- 3 Débarrasser la casserole, verser le sirop dans un saladier.
- 4 Verser le lait dans une grosse casserole avec le beurre en morceaux, le sel et le sucre. Chauffer jusqu'à ébullition.
- 5 Bien mélanger au départ avec une spatule pour éviter que sel et sucre ne collent au fond.
- 6 Éteindre quand le lait bout, laisser reposer pendant 10 secondes. Puis faire bouillir une deuxième fois.
- 7 Éteindre à nouvelle ébullition, ajouter la farine. Bien mélanger.
- 8 Mettre la pâte dans la cuve d'un batteur avec la feuille, mélanger à petite vitesse.
- 9 Ajouter les œufs un à un en continuant de battre. Attendre entre chaque œuf qu'il soit bien dissout pour ajouter le suivant.

Accélérer la vitesse du batteur de temps en temps afin

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le sirop
de trente

50 g **Sucre semoule**
50 g **Eau**

Ingrédients pour la pâte
à choux

100 g **Farine**
160 ml **Lait entier**
65 g **Beurre**
30 g **Sucre casson**
30 g **Amande(s) en poudre**
3 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
5 g **Sucre semoule**
2 g **Sel**

Ingrédients pour la
crème pâtissière légère

150 ml **Lait entier**
2 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
30 g **Sucre semoule**

- 10 Accrocher la vitesse du batteur de temps en temps afin de bien décoller les bords.
- 11 Vérifier la texture de la pâte à chou avant d'ajouter le dernier œuf, la pâte doit être souple et ferme. Ajouter le nombre d'œufs en conséquence.
- 12 Stopper le batteur, racler la pâte sur les bords à l'aide d'une maryse.
- 13 Mettre une douille unie dans une poche à douille.
- 14 Verser la pâte à chou dans la poche à douille à l'aide d'une maryse.
- 15 Expulser l'air en pressant sur la poche.
- 16 Mettre une feuille de papier sulfurisé sur une plaque de four.
- 17 Presser sur la poche et faire des tas ovales de pâte à chou. Garder la poche bien verticale.
- 18 Écraser le dessus de chaque chou avec une fourchette trempée dans le sirop de trente. Celui-ci permettra au chou d'être bien lisse et coloré.
- 19 Mélanger les amandes et le sucre grain dans un bol, bien mélanger à la main.
- 20 Recouvrir les choux avec ce mélange.
- 21 Enfourner pendant 45 minutes.
- 22 Ne pas ouvrir le four tant que les choux ne sont pas colorés ! Ils perdraient leur volume.
- 23 Sortir les gourmands quand ils sont bien dorés dessus et dessous.
- 24 Mettre les choux à refroidir sur une grille à pâtisserie.

10 g **Maïzena**
 5 g **Poudre à crème pâtissière**
 15 g **Beurre**

Ingrédients pour la crème chantilly

300 g **Crème liquide (fleurette)**
 20 g **Sucre glace**
 1 **Gousse(s) de vanille**

Ingrédients pour la garniture de fraises

450 g **Fraise**
 10 g **Sucre glace**

Étape 2

Préparation de la crème pâtissière

- 1 Mettre les jaunes dans un saladier avec le sucre, fouetter pour blanchir le mélange.
- 2 Ajouter la poudre à crème et la maïzena, bien fouetter.
- 3 Porter le lait à ébullition dans une casserole.
- 4 Verser 1/3 du lait bouillant dans les œufs blanchis et fouetter.
- 5 Reverser ce mélange dans le reste du lait et fouetter.
- 6 Mettre à chauffer la casserole en continuant de fouetter pour faire épaissir la crème.
- 7 Baisser le feu quand la préparation commence à épaissir, continuer de fouetter pendant 1 à 2 minutes.
- 8 Éteindre le feu et incorporer le beurre en morceaux. Fouetter encore.
- 9 Débarrasser dans un saladier. Filmer au contact pour éviter qu'une croûte ne se forme sur le dessus de la crème.
- 10 Réserver au réfrigérateur.

Étape 3

Préparation de la crème chantilly

- 1 Verser la crème dans un saladier très froid.

- 2** Couper la gousse de vanille en deux, racler le centre avec un couteau d'office pour récupérer les petites graines. Les mettre dans la crème.
- 3** Ajouter le sucre glace, faire monter la crème avec le batteur.
- 4** Quand la crème est montée, stopper le batteur et réserver.
- 5** Sortir la crème pâtissière du réfrigérateur, enlever le film.
- 6** Passer la crème dans un tamis au-dessus d'un saladier pour une texture plus onctueuse.
- 7** Incorporer un peu de crème chantilly dans la crème pâtissière, fouetter vigoureusement.
- 8** Incorporer encore un peu de chantilly en fouettant plus délicatement, réserver. Garder le reste de chantilly pour le dressage.
- 9** Mettre une douille cannelée dans une poche à douille, remplir de chantilly à l'aide d'une maryse.
- 10** Pousser la crème chantilly au fond de la poche pour expulser l'air.

Étape 4

Finition et dressage

- 1** Tailler les choux gourmands dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau scie.
- 2** Garnir les choux de crème légère.
- 3** Équeuter les fraises, les couper en deux à l'aide d'un couteau d'office. Les disposer en épis sur la crème légère.
- 4** Récupérer la chantilly et la disposer harmonieusement sur les fraises.
- 5** Reposer les couvercles sur les choux, saupoudrer de sucre glace. Servir.