



  
- MetaShop -

# Meta Choux

  
- MetaShop -

Durée du high : 60 min

Pour 4 Accros

Level : 



Pâte à choux  
1/4 L Lait  
5 gr Sel  
10 gr Sucre  
75 gr Beurre  
125 gr Farine  
4 Oeufs

120 gr 120 g Blanc(s) d'oeuf  
120 gr 120 g Sucre en poudre  
5 cl Citron  
1 L Lait  
8 Jaunes d'oeufs  
125 gr Farine  
150 gr Sucre  
10 cl Jus de citron  
1 Gousse de vanille



I Pour la meringue,

Préchauffez votre four à 85°C. Dans un batteur fouettez les blancs avec 1/3 du sucre et le jus de citron, quand les blancs sont presque montés (environ aux 3/4) rajouter le reste du sucre et fouettez encore pendant 1 minute. Faire des petites billes à l'aide d'une poche à douille et cuire pendant 1h30.

II Pour la crème pâtissière,

Fendre la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur récupérer les graines à l'aide d'un petit couteau. Mettre le lait à bouillir avec le tout. Blanchir les jaunes avec le sucre et les fouetter pour incorporer un maximum d'air, ajouter ensuite la farine et le jus de citron. Lorsque le lait bout, le verser sur la préparation. Enlever les gousses de vanille. Porter la crème à ébullition sans cesser de remuer avec un fouet et cuire pendant 3 à 5 minutes à partir de l'ébullition, toujours en remuant constamment. Verser la crème dans un récipient tapissé de film alimentaire et refermer le film alimentaire. Laisser refroidir 1 à 2 heures.

III Pour la pâte à choux,

Dans une casserole moyenne disposer dans l'ordre le lait, le beurre coupé en petits morceaux, le sel, le sucre. Porter à légers frémissements. Toute la matière grasse doit être fondue. Hors du feu, verser d'un seul coup la farine dans le liquide bouillant. Mélanger sans arrêter à la spatule de manière à obtenir un appareil homogène. Bien passer la spatule dans les angles. Dessécher la panade sur un feu doux à l'aide d'une spatule pour obtenir un mélange lisse. La pâte qui devient légèrement grasse en surface doit se détacher des bords de la casserole, en faisant une boule. Elle ne doit pas coller aux doigts. Débarrasser la panade dans un saladier de grandeur appropriée. Incorporer les œufs un par un et travailler énergiquement à la spatule après chaque ajout jusqu'à complète incorporation. Contrôler la consistance. La pâte doit faire «le bec» quand on soulève la spatule. Coucher les choux sur plaque avec du papier cuisson à l'aide d'une poche à douille. Cuire immédiatement après couchage dans un four 210°C pendant 25 minutes ne surtout pas ouvrir le four. Vérifier la cuisson. Les choux doivent être bien secs et «sonner clair» quand on les choque avec les doigts.

FINISH  
HIM

Pour le montage

Ouvrir le dessus des choux avec un couteau, garnir les parois de crème citron ajouter quelques billes de meringue, refermer les choux et déguster aussitôt.