



LA SBRISOLANA

D'UNE VIEILLE CHOUETTE

INGRÉDIENTS

| | |
|--------------------------------|----------------------------------|
| 200 g de farine blanche | 200 g de farine de maïs (note 1) |
| 180 g de sucre (note 2) | 200 g d'amandes (note 3) |
| 100 g de beurre | 100 g lard (note 4) |
| 2 jaunes d'oeufs | 1 citron bio |
| 1/2 gousse de vanille (note 5) | du beurre pour le moule |

MÉTHODE

Ce gâteau reste un gâteau de grand'mère, rustique . Il demande juste de bons ingrédients pour être savoureux mais ne nécessite pas des compétences de candidats aux émissions de télé réalité !

Écrasez très finement le lard .

Mélangez dans une jatte les deux farines (note 1)avec le sucre en poudre (note 2) les amandes (note 3) plus ou moins écrasées , le lard (note 4), la vanille préparée (note 5), les zestes de votre citron bien râpé . Formez un puit et mettez-y, les jaunes d'oeuf légèrement fouettés, le beurre ainsi que le gras" bien ramollis

Amalgamez bien le tout mais ne cherchez pas à "lisser" la pâte : elle reste au contraire très "brute" , "cassanate" d'où le nom du gâteau

Aplatissez-là "alla mano" dans un plat et au four à 180° pour 40 mn et laissez refroidir dans le plat de cuisson . Vous pourrez le démouler (et n'oubliez pas de le retourner dans le bon sens pour qu'on voit bien les "choses" qui sont dedans .

N'essayez pas de le découper : il doit au contraire être "découpé" à la main

NB : Pour l'accompagner une crème anglaise aux "mendiants" (ou au simple praliné) serait une excellente idée . Une glace à la pistache serait également géniale

Essayez également réduite en petits bouts sur une panna cotta classique, peut-être avec quelques éclats de croquante LVC c'est pas mal non plus... Et tenez-moi au courant

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Si ce n'est pas la saison de la farine de maïs, prenez de la polenta et passez-là dans un moulin de la vieille chouette (voir fiche LES FARINES LVC) pour avoir un produit très fin . Toutefois avec une polenta fine du commerce ceci donnera un petit croquant à la pâtisserie qui peut plaire beaucoup

(note 2) Vous pouvez donner un petit côté "traditionnel"en utilisant un sucre "brut" pas très raffiné .

(note 3) Pour les amandes vous pouvez opter pour des amandes totalement, voir partiellement mondées au choix , voir un mélange des deux . Certaines "mamas" italiennes utilisent aussi des noisettes et même des pistaches . Enfin vous pouvez les hacher plus ou moins avant de les utiliser

T.S.V.P -->

(note 4) Le lard gras doit être finement écrasé pour pouvoir bien être réparti dans la pâte . Pour les amis “sans cochon” on peut très bien remplacer le lard par du “blanc de boeuf”, de la graisse de rognon dont le goût est parfaitement compatible avec la recette

(note 5) la vanille : si vous possédez un mortier et un pilon profitez-en pour “écrabouiller” la gousse, son “jus” et ses graines” en pommade en vous aidant d’un peu de sucre cristallisé .

La “pommade” obtenue se mélangera bien avec la pâte du gâteau et vous en utiliserez tous les arômes sans pertes

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les “sans sel” on en a pas mis donc tout va bien

pour les “sans gras” évidemment c’est pas régime !!! Choisissez un autre dans les “bonnes choses” de LVC

pour les “sans sucre” évidemment ça n’est pas trop pour vous, je dirais même que c’est pas du tout du tout pour vous . Voyez plutôt du côté des desserts pour les “sans sucre “ de LVC

pour les “sans gluten” ça marche avec de la farine blanche “sans gluten” et en augmentant les proportions de farine de maïs ça marche quand même

D’accord c’est pas tout à fait pareil mais
vous connaissez ma formule

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A