



LE GATEAU AU CITRON DE SICILE

Cette recette est très ancienne et se perpétue depuis le 17^{ème} siècle dans certaines familles du sud de l'Italie il est très original .

La cuisson se fera au four mais en cas d'"urgence " j'ai testé pour vous une version "express" au four à ondes différente mais pas si mal ... Mais le gâteau est alors "triste", très jaune et devra être décoré ou "bronzé" au "chalumeau- vieille-chouette"

Ingrédients :

- | | |
|--|--|
| - 1 beau citron non traité | ou une orange (selon vos goûts) |
| - 150 g de sucre roux en poudre (note 2) | 170 g de poudre d'amandes |
| - 6 oeufs | Une petite cuillère d' alcool (note 1) |

Préparation

Version normale

Faire cuire (si possible la veille) le citron entier dans une casserole d'eau pendant 2 heures. Une fois cuit le laisser tremper dans de l'eau froide pour qu'il perde de son amertume.

Mixer le citron entier y compris la peau (mais sans les pépins bien sûr!) y ajouter le sucre en poudre (ou un édulcorant type Sucaryl) puis à ce mélange ajouter la poudre d'amandes et les 6 jaunes d'oeufs et la cuillère d'alcool

Monter les blancs en neige ferme et les incorporer au mélange doucement en soulevant la pâte .Mettre dans un moule à manqué ou à cake selon la présentation désirée . Et puis faites simple utilisez un moule en silicone quand même beurré le démoulage sera nettement moins capricieux !!

Enfourner à four pré-chauffé thermostat 3 (110°) - laisser cuire 35 à 40 mn.

Ce gâteau peut se manger tiède ou froid accompagné d'un coulis de fruits rouges ou d'abricots.

Version "urgence" :

Pliez le fruit posé dans une coupelle à sa mesure dans une feuille de film étirable après lui avoir fait des trous dans la peau avec une brochette . Cuire jusqu'à ce que le fruit soit très mou dans son jus . Coupez le en deux pour sortir les pépins et le refroidir .

Mixer le citron entier et repartez à la recette "normale"

Mais comme vous êtes "hyper pressée" enfournez dans votre four à ondes pour environ 10 à 15 mn en le vérifiant et en le tournant souvent pour qu'il reste "souple"

Une fois démoulé passez lui un petit coup de "chalumeau- vieille-chouette" pour lui donner bonne mine ou "glacez" le avec de la gelée de carotte ou de coings fondue au four à ondes . Quelques feuilles de stevia "vernies" au miel et une rose "givrée" au sucre glace ... Et vous vous prendrez pour Lenôtre

J'allais oublier ! Une salade de fruits exotiques baignés par un vrais jus d'orange frais ... un parasol sur la terrasse et tenez-moi au courant !



NOTES TECHNIQUES

(note 1) Vous pouvez ne rien mettre et vous contenter du seul parfum de l'agrumes choisi (citron ou orange), ou bien essayer du "Limoncello" ou à défaut du "Grand Marnier"

NOTES DIETETIQUES

Recette compatible avec les régimes "sans sel" et "sans gluten"

Pour les régimes "sans gras" tenez compte du fait qu'il y en a un peu dans les amandes dans vos calculs des doses journalières

Pour les diabétiques utilisez du "faux sucre" qui résiste au four (type sucaryl, poudre de stévia (attention son goût de réglisse "eteint" un peu le goût subtil de votre dessert) et faites le cuire dans des petits pots individuels car il se démoulerait mal

D'accord ce n'est pas tout à fait pareil ... mais vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVEC CA KOI KON A