



GAUFRES ET COINGS

GAUFRES AU CONFIT DE COINGS AU MIEL

Rappel de la pâte à gaufres : Préparation : 10 min Cuisson : 15 min et en plus vous pouvez les congeler s'il vous en reste dans une boîte hermétique !. Vous pourrez ainsi improviser un dessert ou un goûter rapide avec un de vos pots de confits de coings au miel LVC

Ingrédients

pour 250 g de farine
2 œufs gros
du lait, de la bière ou un bouillon LVC parfumé (note 1)
levure "alsacienne" ... ou bicarbonate de soude (note 3) ... ou levure de bière mais là, il vous faudra attendre au moins 2 à 3 heures l'effet du levain

moitié de sucre (125 de vergeoise si possible)
beurre fondu (note 2)

Méthode:

Mélanger farine, sucre, œufs, beurre fondu , poudre levante touyez bien
Ajouter le liquide petit à petit jusqu'à la consistance désirée. Pas trop fluide car ça débordera gaiement partout mais pas trop compacte non plus car la pâte ne pourrait pas se développer ... et vous pourriez presque faire une cabane au jardin avec des "parpaings"

Faire chauffer le gauffrier. à vide sur une face, puis sur l'autre . Ne mettre votre pâte que dans un gauffrier bien chaud .

Le graisser légèrement et là les usages varient selon les époques , les régions et les habitudes de chaque "cuistot" .

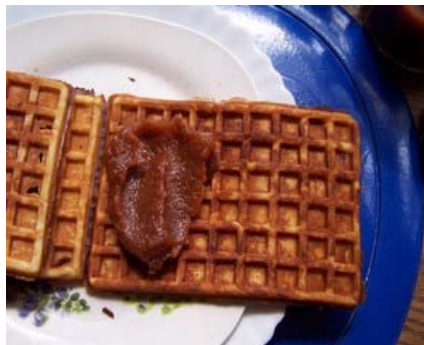
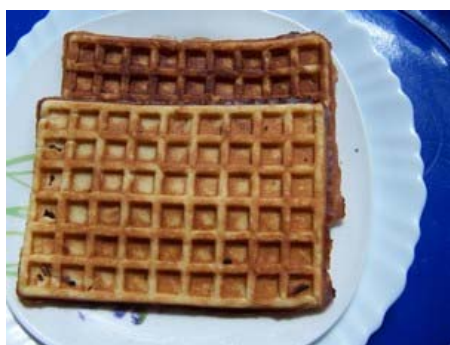
Une poupée de chiffon dont les "cheveux", passés dans le corps gras caresse la plaque
un pinceau en silicone ... pour les modernes
au beurre, au saindoux , à l'huile
pas du tout si vous avez mis du corps gras dans la pâte elle-même et que votre gauffrier ultra moderne a des plaques téfal ...

Bref l'essentiel est de veiller à la bonne cuisson :

Pas trop cuites : c'est "raide" même si c'est plus joli très doré
pas molles non plus car c'est pas agréable pas cuit au milieu
bref à VOTRE GOUT A VOUS

GAUFFRES AU CONFIT DE COINGS AU MIEL

Mettre réchauffer vos gauffres si elles ne sont plus chaudes pour pouvoir les plier en deux en enfermant une grosse cuillère de confit dedans .



Mettez-les pliées "face à face" dans votre assiette à dessert ; Quelques minutes au four bien chaud

Pour les plus gourmands, ajoutez donc une boule de glace au nougat NO COMMENT

Vous pouvez aussi utiliser un confit d'agrumes (voir la recette LVC aux oranges amères et douces) et dans ce cas optez pour une quenelle de granité au chocolat noir LVC ...

RAPPEL LE CONFIT DE COINGS AU MIEL

Vous ne vous rappelez pas ??? Si c'est la saison des coings reprenez la recette et sinon attrapez donc un pot de l'an dernier ... s'il vous en reste encore un pot d'il y a deux ou trois ans c'est encore mieux car ça s'améliore en vieillissant, les confits de la L V C !

NOTES TECHNIQUES:

(note 1) Selon le liquide utilisé votre pâte sera plus ou moins souple (avec le lait), légère mais un peu "amère" (avec la bière) .

L'avantage du bouillon LVC est que vous pourrez le "moduler" selon votre régime et vos goûts (parfumé avec des herbes ou des épices) il peut être "enrichi" à volonté (lait ou crème fleurette infusée avec de la verveine, des écorces d'oranges par exemple pour des crêpes très dessert) ou très allégé pour les sans gras (en partant d'une tisane de plantes , d'un jus de fruits frais maison, d'un vin doux ...) . Vous pouvez également incorporer à votre pâte de la "purée" de plantes , des épices etc...

(note 2) Utilisez le corps gras qui vous est autorisé par votre régime . Pour moi , quand cela est possible j'opte pour le beurre clarifié (le "gheer" des hindous qui ne brûle pas puisqu'il ne contient plus de caséine) et donne un délicieux goût de noisette

NOTES DIETETIQUES

Pour les "sans sel" pas de problème : on en a pas mis !

Pour les "sans gluten" utilisez de la farine "sans gluten" et pensez aussi la "couper" de farine de maïs . Dans ce cas prenez du confit de patates douces et rhubarbe au macis LVC.
Si vous optez pour la farine de châtaigne prenez une compotée de potimarron aux figes

Pour les "sans gras" ne regraissez pas le moule, optez pour un gaufrier Tefal . Avec du lait écrémé ou un bouillon LVC aux épices ou aux herbes ... ou de la bière c'est tout à fait possible . Quant à la garniture vous pouvez l'utiliser sans risques!

Pour les "sans sucre" Evidement les gaufres c'est pas pour vous mais nous allons faire quelque chose de délicieux pour vous . Séparez les blancs et les jaunes de vos oeufs . Montez les blancs en neige et incorporez à la fin un peu de poudre de Perlimpimpin (poudre de 4 épices, poudre de vanille, poudre de feuilles sèches de stévia) . Battez les jaunes avec la moitié de leur volume de poudre d'amandes et une bonne cuillère de crème épaisse . Mixez vivement . Puis peu à peu incorporez (en soulevant avec une spatule souple) vos blancs d'oeufs Mettez chauffer du bon beurre dans une poêle très grande quand c'est bien chaud (beurre noisette) versez une couche pas trop épaisse de votre mélange qui va gonfler beaucoup . Posez un plat sur la poêle et retournez pour dorer l'autre côté . Coupez en triangle . Posez le confit ou la compotée de votre choix au milieu et replier les 3 coins vers le centre pour obtenir de ravissants petits "baluchons" . Servez avec un gratiné de tilleul et de fleurs de yucca séchées ... et une belle chantilly au "faux sucre"

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

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A