



MOKA MERINGUE

Ingrédients (pour 6 personnes) :

4 œufs,	90 g de sucre glace
225 g de sucre semoule,	125 g de beurre,
2 cuillères à soupe de café soluble,	quelques amandes effilées

Méthode

Préparation. - Commencez par les plateaux de meringue: faites chauffer votre four au therm. 4; battez 3 blancs d'œuf en neige très ferme, ajoutez 15 g de sucre glace en cours d'opération. Mélangez rapidement 70 g de sucre glace et 70 g de sucre semoule et incorporez-les aux blancs battus en neige ferme. ce mélange dans la poche garnie d'une douille de 2 cm et dressez-en 3 plateaux ronds de 20 de cm de diamètre - sur la plaque four garnie d'une feuille de papier sulfurisé, beurré et très légèrement fariné. Laissez cuire 1 h 1/4. Après ce laps de temps, vos plateaux de meringue doivent être très blonds et secs dessus et dessous.

Faites la crème au beurre : mettez

le reste de sucre semoule dans une casserole. mouillez avec 3 cuillères à soupe d'eau et faites cuire jusqu'au boullé (une goutte de sucre jetée dans un bol d'eau froide et roulée entre deux doigts forme une boule légèrement élastique l. Fouettez 4 jaunes d'œuf dans un bol puis, dès que le sucre est à point, versez le sur les jaunes, peu à peu, en fouettant très vivement le mélange. Continuez de fouetter jusqu'à ce que l'appareil soit bien refroidi. Ajoutez alors le beurre, parcelle par parcelle, en continuant de fouetter, délayez le café soluble dans une cuillère à soupe d'eau chaude et ajoutez-le à la crème, toujours en fouettant pendant encore 5 minutes. Au moment de servir : garnissez de crème un plateau de meringue en utilisant la poche à douille, posez le second plateau dessus. garnissez-le à son tour, posez le troisième plateau sur le tout. Disposez quelques amandes effilées, saupoudrez de sucre glace .

NOTES TECHNIQUES

Vous pouvez remplacer la feuille de papier sulfurisé par une feuille de silicone plus pratique pour le “démoulage”

La crème au beurre peut être remplacée par n'importe quelle garniture ... avantageusement car la crème au beurre est à la fois lourde à digérer et elle a un côté “mou” et “gluant” en bouche qui ne plait pas à tout le monde !

NOTES DIETETIQUES

Recette qui marche pour les “sans sel” et même les “sans gluten” pourvu qu'on utilise une feuille de silicone pour le “démoulage”

Mais pour les “sans gras “ interdit à cause de la crème “au beurre” mais comme on le dit aux notes techniques farcissez donc vos meringues d'une compotée de fruits , d'un sorbet ,d'une glace à la pistache ou au chocolat (noir bien sûr puisqu'on peut utiliser du cacao pur qui ne vous est pas interdit) . Vous y gagnerez !

Quand à nos pauvres amis “sans sucre” ,ignorez cette recette elle vous est absolument interdite . Pourquoi ne feriez-vous pas un café givrée à la place comme dessert ?... c'est plus léger et pas si mal . Faites la veille un café très fort que vous sucrez avec votre édulcorant préféré . Vous le mettez dans votre congélateur dans le plateau à glaçons (ou dans des sacs à glaçons en plastique)



Le jour même au moment du service démoulez vos glaçons dans le bac du mixer .mettez en route et mettez très peu de lait (même l'écumé marche) : vous obtenez un délicieux ganité à servir d'urgence dans un verre à pastis avec une grande paille ... et peut-être un petit "chapeau de chantilly aux edulcorants . C'est bon non ? Je sais c'est pas pareil mais vous savez bien

ON FE CE KOI KON PEU AVE CE KOI KON A