



BISKITS "FAR WEST" mode LVC

Ces petits gâteaux sont certes un peu longs mais si savoureux que vous oublierez bien vite tout le temps passé à les faire ... et je parie qu'ils seront si vite "regrettés", qu'il va falloir repartir à votre "piano" !!!

INGRÉDIENTS :

250 g de beurre doux (note 1)	et	250 g de cassonade (note 2)
500 g de pain grillé ou de biscuits secs (note 3)		des oeufs (selon la taille)
fraîchet mode LVC		sucre au choix (note 2)
confit de coings mode LVC		vosre extrait d'amandes amères

N B : Indispensables vos [moules mode LVC](#) et une plaque de cuisson silicone ou Tefal ou une plaque couverte de papier cuisson bien beurrée

MÉTHODE :

Le biscuit:

Pulvériser vos tranches de pain grillé ou vos biscuits secs selon la méthode LVC : voir photos dans un sac de toile (ou un torchon plié avec votre rouleau à pâtisserie ou votre attendrisseur voir dans votre Mixer, si il le supporte



mélanger votre chapelure avec le sucre (ou la mélasse) puis la poudre obtenue avec le beurre "en pommade" (éventuellement le mettre quelques minutes dans le FAO à puissance faible pour le rendre mou mais surtout ne pas le faire fondre quand même) .

N B : Dans votre mixer vous pouvez mettre tous les ingrédients bruts et ça se passera très bien !

Vous obtenez une pâte molle bien brune * que vous allez répartir dans vos petits "moules" sur un bon centimètre d'épaisseur

* À ce niveau, vous pouvez ajouter des poudres d'épices de votre choix , de la poudre d'amandes ou de noisettes



La pâte doit être assez ferme pour ne pas "fuir" dessous le moule qui est juste posé sur la plaque ! Sur la photo de droite vous voyez la consistance de la pâte que vous "doserez" avec votre cuillère à soupe (dans mes moules à moi 2 cuillères) .

Pour "tasser" ?? Tapez le plateau fermement sur le plan de travail

T.S.V.P --->>



Puis vous vous servez de votre "poussoir" pour pouvoir bien aplatir régulièrement la pâte dans chaque moule

La couche doit avoir si possible une épaisseur constante et couvrir bien régulièrement le "fond"

Mettez l'ensemble au frais dans [la glacière de LVC](#) pour que la pâte durcisse pendant que vous préparez la "garniture"

Lorsque le four sera chaud, la pâte sera dure et la garniture devra être prête pour enfourner pour cuire le tout .

la garniture :

Cassez les oeufs puis battez-les en omelette . Ajoutez le fraîchet et du sucre de canne (comme ici sur la photo de droite), voir du sucre cristal "basique" si vous souhaitez une crème peu colorée sur le biscuit de base qui lui est très coloré

Vous obtenez une "miguaine" qui doit être dosée suffisamment en oeuf pour obtenir un flan très ferme après cuisson



Sortez votre plateau de la glacière et versez une couche bien régulière de votre miguaine dans chacun des petits moules : La même quantité de garniture dans chacun des moules donnera une couche identique dans chacun

Veillez à ce que la "miguaine" soit suffisamment dosée en oeufs pour que le flan obtenu après cuisson se "tienne" bien, soit bien "solide" pour le démoulage

Réservez-en un peu pour préparer la "couverte" pour tout à l'heure



Maintenant vous enfournerez le tout à 150° pour peu de temps . Surveillez soigneusement la cuisson tandis que vous préparez la "couverte" : ça devra juste "blondir" dessus

la "couverte" :

Mélangez à parts égales par tiers , le reste de la "miguaine", du confit de coings "sans sucre" de LVC (à défaut, en saison de la purée de coings sans sucre) et de la poudre d'amandes ou de noisettes . Vous pouvez, si nécessaire ajouter de l'oeuf entier. Fouettez vivement



Avec vos gants de LVC sur un dessous de plat (pour que ça ne refroidisse pas) sortez les moules du four et répartissez la "couverte" sur chaque gâteau équitablement

Il vous en faut bien moins que de la miguaine car le parfum de la couverte est bien plus "corsé" et ne demande pas une aussi grande "place" lors de la dégustation

Renfournez aussitôt , toujours dans le four à 150°. Lorsque vous verrez que c'est bien "pris" , vous pouvez, si vous le souhaitez , faire "griller" le dessus sous le grill du four

Sortez maintenant l'ensemble, posez **sur un plan de travail froid** et couvrez d'un linge pour laisser refroidir tranquillement au frais

MONTAGE :

T.S.V.P --->>

Le gâteau dessous doré et caramélisé. va durcir et "soutiendra" très bien votre gâteau , Les couches de migaine et de couverte vont finir de "prendre" vous pourrez alors procéder au démoulage

Lorsqu'ils sont bien froids vous allez donc les démouler : Le fond de chaque gâteau est bien caramélisé et dur : donc il faudra bien glisser une lame fine tout le tour de chaque moule : attention les couches du dessus sont nettement plus tendres et fragiles pour sortir chaque moule, libérant ainsi le gâteau



Un truc ?? Pour faciliter le démoulage et le déplacement de vos gâteaux pour leur présentation sur le plat de service ? Prenez un carreau de faïence, plus petit à manipuler et sur lequel , une fois démoulé, chaque gâteau pourra glisser et se poser "en douceur" sur le plat de service



Il est évident que le démoulage est délicat ... et qu'ils ne seront pas forcément parfaits surtout la première fois ... mais je sens que vous allez en faire souvent et que le "tour de main" va vite vous aider !!

NOTES TECHNIQUES

(note 1) En bonne «nordic» je vous conseille le beurre doux (comme nous sommes «sans sel» sur le site) mais vous pouvez, pour les «avec», utiliser du beurre demi-sel : ça renforce le goût je le reconnais! Pour ceux qui voudraient «réduire les risques diététiques» sachez que vous pourriez user avec profit de ghee ([beurre clarifié. Voir site.](#)) . Voir remplacer une partie du beurre par de l'huile «blanche» type colza qui a la meilleure côte de nos jours dans les régimes, voir même des margarines «allégées». Bien sûr c'est pas le même goût ...c'est plus sec et plus ...industriel de goût

Et, si vous voulez pour faire encore plus "Far West" n'oubliez pas que le seul corps gras dont disposaient les trappeurs c'était soit du lard salé donc du saindoux salé, soit de la graisse de gibier (le gras de bison devait ressembler au "blanc de boeuf" de nos amis belges) ... donc vous pouvez utiliser votre saindoux (votre "grass"à vous n'a pas de sel et n'est donc pas interdit aux "sans sel"!)

T.S.V.P --->>

(note 2) choisissez de préférence de la cassonade brune à défaut de sucre brut (dit repaya) ou même si vous avez la chance d'en trouver, de la mélasse. C'est cette version "à l'ancienne" qui vous donnera le meilleur résultat et pour le parfum, et pour la texture ... et pour le goût

(note 3) Bien évidemment à l'époque on utilisait du vieux pain sec ...mais vous pouvez sans dommage utiliser des biscuits trop secs ou oubliés au fond d'une boîte (Mais si il y a de gens qui ne finissent pas les paquets lorsqu'ils les ouvrent !) . le goût sera différent mais dans ce cas n'oubliez pas de diminuer le sucre puisque vos biscuits sont déjà fort sucrés

NOTES DIÉTÉTIQUES

Pour les "sans sel", j'ai volontairement ignoré la recette au beurre ou au lard fondu salés: les biscuits n'y gagnent rien ... et moins encore votre coeur !

Pour les "sans gluten" n'utilisez que du pain ou des biscuits "sans gluten" qui sont bons pour vous . Et vous verrez c'est très correct, voir aussi bon à déguster s'ils étaient par exemple à base de farine de châtaignes . Dans ce cas optez pour de la poudre de noisettes dans la "couverte"

Pour les "sans sucre", j'en suis désolée : c'est pour vous de la dynamite (plus de 65 % d'hydrates de carbone). Promis, nous ferons un autre dessert mais celui-ci n'est vraiment pas pour vous ...mais ne le saviez-vous pas déjà ? Je sais c'est par dévouement que vous allez les faire pour votre tablée . Alors juste un petit bout , pour "testar" ... Et faites bien vos calculs : si tout le reste est absolument régime dans ce cas ... à vous de décider ...

Pour les "sans gras", beaucoup plus délicat car ces petits gâteaux ne pourront se faire qu'avec du «fraichet» maison 0% de MG très très égoutté (je dirais presque "essoré") en remplacement du beurre . Forcez sur les oeufs (3) , sur la mélasse et ajoutez quelques épices (cannelle, muscade, votre poudre de Perlimpimpin de Noël par exemple). C'est nettement moins moelleux, plus dur. Je sais c'est pas pareil ...

mais vous connaissez ma formule :

ON FE CA KOI KON PEU AVE CA KOI KON A