

CHARLOTTES AUX FRAISES

Pour : 6 à 8 personnes Durée : 2 heures

14 biscuits à la cuillère

1 disque de génoise

250 g de fraises (1 barquette)

Crème mousseline :

3 jaunes d'œufs

140 g de sucre en poudre

50 g d'eau

180 g de beurre à température ambiante

2 cl d'eau

70 g de sucre en poudre

(50 + 20) 150 g de crème pâtissière

10 g de pâte de pistache

Meringue Italienne :

70 g de blancs d'œufs

140 g de sucre en poudre (50 + 90)

2 à 3 cl d'eau

Finition : fraises (2 barquettes) nappage rouge

1 Crème mousseline : Dans une casserole, mélanger l'eau et le sucre en poudre.

2 Cuire le sucre à 118°C. Pour surveiller la cuisson du sucre, il est conseillé d'utiliser un thermomètre électronique à sonde.

3 Mélanger les jaunes d'œufs dans la cuve du batteur et verser dessus le sucre cuit en fouettant à petite vitesse. Une fois le sucre incorporé, augmenter la vitesse du batteur jusqu'à complet refroidissement de la préparation.

4 Incorporer le beurre mou (à température ambiante).

5 Réserver.

6 Préparer les ingrédients de la meringue italienne.

7 Dans une casserole, mélanger 2 cl à 3 cl d'eau et 90 g de sucre en poudre

8 Cuire le sucre à 118°C. Pour surveiller la cuisson du sucre, il est conseillé d'utiliser un thermomètre électronique à sonde.

9 Monter les blancs d'œufs en neige ferme.

10 Incorporer les 50 g de sucre en poudre restants pour serrer les blancs en neige et enfin verser lentement le sucre cuit.

11 Augmenter la vitesse du batteur et fouetter à grande vitesse...

12 ...jusqu'à complet refroidissement.

13 Verser la meringue italienne sur la crème au beurre...

14 ...et mélanger délicatement les 2 préparations à l'aide d'une maryse.

15 Ajouter la crème pâtissière à la crème au beurre légère.

16 17 Aromatiser la crème avec la pâte de pistache.

18 Recouvrir de papier film un carton à gâteau. Disposer les bordures en biscuits à la cuiller dans une cercle à tarte de diamètre 22 cm. Garnir le fond de fraises disposées bien à plats, les unes contre les autres.

19 Napper les fraises de crème mousseline à la pistache.

20 21 Bien étaler la crème sur les fraises. Garnir à nouveau de fraises coupées en morceaux et remplir à hauteur du biscuit de crème à la pistache.

22 Disposer un disque de biscuit sur la crème et appuyer fortement dessus pour bien le faire adhérer.

23 Réserver au frais quelques heures.

24 Retirer la charlotte du froid et la retourner sur un autre carton à gâteau.

25 Retirer le papier film délicatement. Réserver au frais.

26 Pour la décoration, glacer au nappage rouge des fraises entières préalablement équeutées. Pour cela piquer les fraises sur des piques en bois et les tremper rapidement dans le nappage fondu.

27 Les disposer sur un papier sulfurisé pour les laisser refroidir.

28 Aligner délicatement les fraises sur la bordure de la charlotte.

29 30 Napper le restant de la charlotte.

Réserver au frais jusqu'au moment de la dégustation.

CHAUSSONS FEUILLETÉS AUX POMMES

Les ingrédients :

- 2 pommes
- 2 cuillères à soupe de cassonade
- Sucre glace
- 1 pâte feuilletée rectangulaire (rectangulaire)
- Jus de 1/2 citron
- 1 noix de beurre

Préparation :

1. Tout d'abord, éplucher les pommes, les couper en petits morceaux et les arroser avec le jus de citron.
2. Mettre les pommes dans une casserole et ajouter la cassonade et le beurre.
3. Si vous n'avez pas de cassonade vous pouvez également utiliser du sucre semoule.
4. Cuire à feu doux pendant 5 minutes en remuant de temps en temps.
5. Si vous aimez, en fin de cuisson, vous pouvez ajouter un peu de cannelle en poudre.
6. Étaler ensuite la pâte feuilletée rectangulaire et découper 24 disques.
7. Vous pouvez utiliser un emporte-pièce ou un simple verre.

8. Préchauffer le four à 180° C (Th 6).
 9. Farcir la moitié des disques de pâte feuilletée avec les pommes et fermer avec les autres disques en scellant bien les bords pour éviter que les chaussons s'ouvrent à la cuisson.
 10. Après avoir disposé tous les chaussons sur une plaque à four tapissée de papier sulfurisé les badigeonner avec le sirop de cuisson des pommes.
 11. Cuire les chaussons feuilletés aux pommes pendant environ 20 minutes.
 12. Une fois les chaussons refroidis, si vous le souhaitez, saupoudrez de sucre glace.
-

CHEESECAKE AUX FRAISES

8 Personnes

Préparation : 30 min

Cuisson : 40 min

INGRÉDIENTS:

4 œufs entiers

80 g de beurre doux

200 g de sucre en poudre

500 g de fromage frais

100 g de biscuits Petits-beurre

250 g de fraises fraîches

Pour le coulis de fraises:

200 g de sucre en poudre

le jus ou les zestes d'un demi-citron

250 g de fraises bien mûres

Préparation :

1. Préchauffez votre four à th.6 (180°C).
2. Réduisez vos biscuits « Petits-beurre » en poudre fine à l'aide d'un robot.
3. Travaillez le beurre à l'aide d'une spatule pour qu'il soit pommade et incorporez-le à la poudre de biscuits.
4. Étalez la préparation sur environ 1 cm d'épaisseur dans un moule à charnière.
5. Ensuite, lavez les fraises sans les faire tremper, équeutez-les et coupez-les en morceaux puis déposez-les sur votre fond de cheesecake.
6. Fouettez énergiquement le fromage blanc avec le sucre et les œufs jusqu'à obtenir un mélange pour cheesecake lisse et homogène.
7. Versez cette préparation sur vos morceaux de fraises. Enfournez votre cheesecake aux fraises pendant 40 min à th.6 (180°C).
8. Préparez le coulis qui accompagnera votre cheesecake en mixant ensemble les fraises, le sucre en poudre et le jus de citron.
9. À la fin de la cuisson, laissez votre cheesecake tiédir légèrement au réfrigérateur puis servez-le en le nappant généreusement de coulis de fraises.

CHEESECAKE JAPONAIS

Ingrédients :

- 60 g de sucre
- 85 g de fromage frais à tartiner
- 4 g de jus de citron

- 35 g de beurre mou
- 30 g de farine
- 10 g de maïzena
- 60 g de lait
- 6 g de miel
- 1 g de sel
- 3 jaunes d'œufs + 95 g de blancs d'œufs

Préparation :

1. Portez à ébullition une petite casserole d'eau
2. Pendant ce temps, versez le lait dans un grand bol et ajoutez-y le fromage frais
3. Placez ensuite le bol contenant ces deux ingrédients dans la casserole et laissez cuire à feu doux tout en continuant à remuer
4. Une fois que le fromage frais semble complètement fondu et que le mélange a atteint 60°C, ajoutez le beurre et continuez à remuer
5. Ensuite, lorsqu'un mélange homogène est obtenu, retirez du feu et incorporez un jaune d'œuf à la fois pour que le tout soit bien intégré
6. Ajoutez ensuite la moitié du jus de citron mentionné dans la liste, puis le miel et le sel, et continuez à travailler avec un fouet manuel
7. Ensuite, ajoutez la farine préalablement tamisée et faites de même avec la maïzena
8. Mélangez à nouveau jusqu'à ce que le mélange soit complètement lisse et sans grumeaux
9. Laissez reposer le tout quelques instants et, pendant ce temps, montez les blancs d'œufs dans un bol propre jusqu'à ce qu'ils deviennent mousseux
10. Ajoutez ensuite le sucre et le reste du jus de citron
11. Mélangez les ingrédients à l'aide d'un fouet électrique
12. Une fois que vous avez obtenu la meringue souhaitée, ajoutez-la en plusieurs fois au mélange contenant le fromage frais

13. Mélangez délicatement et, lorsque vous êtes prêt, versez le mélange obtenu dans les moules à mini cheesecakes
 14. Transférez le moule sur une plaque à pâtisserie avec un peu d'eau chaude et enfournez à 175°C pendant 7 minutes
 15. Après ces minutes, poursuivez la cuisson à 115°C pendant 58 minutes
 16. Lorsque les mini cheesecakes sont prêts, laissez-les refroidir à température ambiante
-

CHOCOFLAN

Les ingrédients :

Pour le flan :

- 400 g de lait concentré
- 600 ml de lait
- 6 œufs
- 2 jaunes d'œufs
- 120 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé

Pour le gâteau au chocolat :

- 2 œufs
- 100 g de sucre
- 100 g de beurre
- 100 ml de lait
- 7g de levure chimique
- 25 g de cacao sans sucre
- 125 g de farine

Pour le caramel :

120 g de sucre

Préparation :

1. *Préparez le caramel* : Versez le sucre dans une poêle à fond épais et faites chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le sucre soit fondu et qu'il ait pris une jolie couleur ambrée.
2. Versez le caramel ainsi obtenu dans un moule de 22 cm environ.
3. *Préparez ensuite le gâteau au chocolat*:
4. Faites fondre le beurre. Dans un saladier, fouettez les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
5. Ajoutez le lait puis le cacao, la farine et la levure. Terminez par le beurre fondu.
6. Mélangez bien jusqu'à complète incorporation des ingrédients.
7. Versez la préparation dans votre moule sur le caramel durci.
8. *Préparez le flan* : Mettez le four à préchauffer à 150 °C. Mettez tous les ingrédients dans un blender et mélangez le tout.
9. Versez le flan sur le gâteau au chocolat très doucement pour éviter d'y creuser un trou.
10. Enfournez pour 1 heure dans un bain-marie déjà chaud.
11. Laissez refroidir 2 h à température ambiante puis le mettre au réfrigérateur.
12. Laissez refroidir au moins 4 h avant de démouler. Laissez-le un peu se réchauffer avant de retirer le moule.
13. L'idéal, c'est même de le préparer la veille pour le lendemain, il n'en sera que meilleur !

CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE

- 125g de liquide (moitié lait moitié eau),
- 50g de beurre,
- 75g de farine,
- 2à3g de sel,
- 2 œufs,
- un œuf battu pour la dorure.

CREME PATISSIERE :

- 250g de lait,
- 2 jaunes d'œufs,
- 50g de sucre semoule.
- 20g (maïzenafarine),
- 1/2 gousse de vanille ouverte,
- 50g de beurre.

CREME CHANTILLY :

- 300g de crème fraîche (moitié épaisse moitié liquide).

Préparation :

1. PATE A CHOUX :

Dans une casserole – mettre le liquide -le beurre – le sel- lorsque le beurre est fondu au premier bouillon- retirer du feu – mélanger vivement la farine – remettre sur le feu 4 ou 6 secondes en remuant – puis ajouter progressivement les oeufs hors du feu – si la pâte est un peu ferme (petits oeufs) ajouter une petite partie de celui réservé pour la dorure.

2. Dresser à l'aide d'une poche et douille unie (11mm) de diamètre des choux en forme d'une grosse 1/2 pêche –

espacés les uns des autres sur une plaque – recouvrir la surface de chaque pièce d'oeuf battu (dorure) avec un pinceau -appuyer sur chaque chou pour les aplatir légèrement avec le dos d'une fourchette – recommencer dans l'autre sens formant ainsi un quadrillage.

3. Mettre dans un four à 200° – porte légèrement ouverte jusqu'à coloration – 20 minutes environ les cotés doivent être colorés et assez secs pour ne pas s'affaisser.

4. CREME PATISSIERE :

5. Dans un récipient – mélanger au fouet les jaunes avec le sucre – et le mélange farine -maïzena -verser sur cette préparation la totalité du lait bouillant vanillé – remettre l'ensemble dans la casserole à bouillir pendant 2 minutes sans cesser de remuer- retirer du feu – mettre le beurre – une fois que celui ci est incorporé – étaler la crème dans un plat – recouvrir d'un film jusqu'à refroidissement.

6. CREME CHANTILLY :

Monter la crème avec le sucre et le parfum jusqu'à épaississement – une fois montée la réserver au réfrigérateur.- redonner un coup de fouet avant son emploi.

7. MONTAGE :

Avec le ciseau – découper un chapeau dans la partie centrale du chou de 3 ou 4 cm de diamètre – garnir l'intérieur par le trou de crème pâtissière – dresser en hauteur en spirale de crème chantilly – poser le chapeau saupoudré de sucre glace.

CLAFOUTIS AU RAISIN MOSCATELLE 178 calories

25 minutes

4 personnes :

320 g de raisin moscatelle

2 gros oeufs

10 g de fécule de maïs

2 cs de sucre 30 g

1,5 dl de lait demi-écrémé

1 cs de crème fraîche 35 g

le zeste râpé d'un demi-citron

1 cc d'huile de tournesol

1. Préchauffez le four à 200 degrés c. Dans un saladier mélangez au fouet les oeufs avec le sucre, la fécule, le lait et la crème jusqu'à ce que vous obteniez une pâte lisse. Laissez reposer 10 minutes.

2. Lavez et séchez le raisin. Egrappez-le. Avec un pinceau huilez légèrement 4 moules à tartelettes en porcelaine, de 11 cm de diamètre. Répartissez sur le fond les grains de raisin.

3. Ajoutez le zeste de citron à la pâte, mélangez et versez sur les fruits. Mettez les moules au four et faites cuire une quinzaine de minutes.

Servez tiède ou froid

LES CONSEILS DE NINA: Vous pouvez utiliser en lieu et place du raisin moscatelle du raisin Italien, des cerises, des

mirabelles, des framboises, des poires et bien d'autres

JE VEUX SAVOIR: Le raisin est riche en sucres naturels et en bioflavonoïdes. Ses phytonutriments réduiraient les risques de cancer, de maladie coronarienne et d'accident vasculaire cérébral. Contient du potassium.

CLAFOUTIS AUX POMMES REINETTES

Préparation : 15 min

cuisson : 15 min

4 personnes:

- 3 œufs
- 6 cuillères à soupe de farine
- 6 cuillères à soupe de sucre (5 pour moi)
- 3 cuillères à soupe de lait (j'ai utilisé du lait écrémé)
 - 3 cuillères à soupe d'huile
 - 1 sachet de sucre vanillé
 - 1 sachet de levure chimique
- 5 ou 6 pommes reinettes moyennes
- 4 ou 5 pruneaux dénoyautés (facultatif)

1. Battre les œufs en omelette, ajoutez tous les ingrédients et mélanger.
2. Éplucher les pommes et les coupez en petits dés, coupez les pruneaux en petits morceaux aussi, ajoutez à la préparation et mélangez doucement.
3. Mettre dans un moule beurré et cuire au four.
4. 10 minutes avant la fin de cuisson parsemer le clafoutis avec (le mélange suivant: un peu de sucre

roux, 1 pincée de cannelle et 1 pincée de muscade)

CLÉMENTINES SAUCE CARAMEL 195 calories

20 minutes

4 personnes:

10 clémentines

100 g de sucre

1 dl d'eau

3 cs de cointreau

1 cs d'amandes effilées grillées

1. Pelez 8 clémentines, coupez-les en rondelles et réservez-les au frais. Recueillez le jus que vous versez dans une casserole.
2. Prelevez le zeste des 2 clémentines restantes, pressez-les et versez le jus dans une casserole. Aboutez l' eau et le sucre et portez sur le feu.
3. Laissez cuire jusqu'à ce que le sirop commence à caraméliser légèrement. Puis retirer du feu et versez le Cointreau aussitôt. Fouettez pour obtenir une sauce homogène.
4. Pendant la cuisson du sirop, plongez les zestes coupés en lanières dans de l'eau bouillante et faites les blanchir 2 minutes. Égouttez-les, passez-les sous l' eau froide et égouttez-les à nouveau.

5. Disposez les clémentines Sur une assiette creuse. Parsemez-les de zestes et d'amandes effilées grillées. Versez dessus le sirop et servez

JE VEUX SAVOIR: La clémentine est très riche en vitamine et est bonne source de vitamine A et E

COMPOTE DE POMME

Ingrédients :

1,5 kg de pomme

2 sachets de sucre vanillé

1 gousse de vanille

un peu d'eau

citron

PRÉPARATION:

1. Peler et retirer le trognon des pommes. Les couper en dés. Arroser de jus de citron pour éviter que les pommes ne noircissent.

2. Déposer les morceaux de pommes dans une casserole et ajouter le sucre vanillé et les grains de la gousse de vanille. Verser un peu d'eau au fond de la casserole.

3. Laisser cuire à feu doux à couvert pendant une vingtaine de minutes en remuant de temps en temps.

4. Une fois les pommes bien tendres, les réduire en compote en laissant des morceaux ou non.

5. Laisser la compote de pommes refroidir avant de la servir !

Les conseils de Nina :

Ici, on a choisi la vanille pour parfumer la compote mais vous

pouvez saupoudre avec un peu de cannelle pour varier les plaisirs. N'hésitez pas à sucrer un peu plus si vos pommes ne sont pas sucrées de base.