

# Les recettes du fournil

## La pâte à choux



**Voici ma recette de la pâte à choux :**

- Eau 500 grammes
- Sucre (facultatif) 10 grammes
- Sel 5 grammes
- Beurre 200 grammes
- Farine 300 grammes
- Œuf 500 grammes (environ)

Procédé :

Faire **chauffer doucement** l'eau, le sucre, le sel et le beurre jusqu'à ce que le beurre soit complètement fondu (l'eau ne doit pas bouillir avant que le beurre soit fondu). Ensuite porter le tout à ébullition.

Hors du feu, ajouter la farine, puis remettez à feu doux et **mélanger doucement deux minutes pour dessécher votre pâte** (que l'on appelle un empois).

Ensuite, mélangez **les œufs un par un** (à la main avec une cuillère en bois ou au batteur avec la feuille). L'important est de trouver la bonne texture pour arrêter de mettre les œufs. La texture idéale est une pâte assez souple mais pas trop liquide non plus. Je vous explique deux techniques qui ont fait leurs preuves :

- **Le bec d'oiseau** : prenez un peu de pâte à choux sur le bout d'un doigt et le pique de pâte doit se courber sans couler ni toucher le gros de la pâte.
- **Le canyon** : faites un trait assez profond dans votre bol de pâte à choux. Le canyon doit se refermer assez rapidement sans pour autant disparaître totalement.

Ensuite, vous pouvez dresser la pâte à choux dans les formes que vous désirez (éclairs, choux, chouquettes, paris-Brest ...)

**Dorez vos préparations** avec de la dorure (œufs entier battus) et rayez-les avec une fourchette.

Pour la cuisson il vous faudra vous adapter à votre four, mais une bonne base (celle que moi j'utilise avec mon four) c'est de **cuire à 180°C**. La durée dépendra également de la taille de vos produits. Il faut compter une vingtaine de minutes pour les petits choux (chouquettes, tête de religieuse, profiterole ...) et jusqu'à 45 minutes pour des pièces plus grosses tel que des éclairs ou de corps de religieuse.

# Les recettes du fournil

## La pâte à choux



Pour ceux qui veulent aller encore plus loin voici un petit peu d'explications techniques :

Le point **le plus important est de trouver la bonne consistance**. En effet toutes les étapes précédentes servent principalement à arriver à une pâte suffisamment souple pour pouvoir se développer à la cuisson.

Le fait de dessécher l'empois sur le feu sert à faire évaporer un maximum d'eau pour pouvoir y rajouter le plus d'œufs possible après (tout en respectant la bonne texture).

C'est le fait d'intégrer les œufs dans la pâte desséchée qui fait qu'elle développe au four.

Point très important aussi pour la cuisson il faut **éviter au maximum les courants d'air**. Donc n'ouvrez pas la porte du four avant que la pâte soit suffisamment cuite (sinon elle va retomber), si vous pouvez enlever la chaleur tournante se sera toujours mieux.

**Craquelin ou pas ?** Cela est avant tout une question de goût personnel. Moi personnellement je n'accroche pas trop (trop de temps pour un résultat qui ne me plaît que moyennement) c'est pour cela que je n'en parle pas plus. Si vous voulez quand même plus de détail sur cette technique dites le moi dans les commentaires et je ferais un article dessus.



Les utilisations les plus fréquentes :

- **Eclairs** : couchez des traits bien droit d'environ 3 cm de large sur 16 cm de long
- **Chouquettes** : Faire des petits choux d'environ 3 ou 4 cm de diamètre puis ajouter du sucre grain par-dessus avant cuisson.
- **Religieuses** : Faites la moitié en petits choux même taille que les chouquettes, et l'autre moitié en choux de 7cm de diamètre.
- **Paris-Brest** : dressez des cercles de 8 cm de diamètre et de 3 cm de largeur. Mettez des amandes effilées dessus. Maintenant on les fait aussi de différentes formes : trois petits choux collés entre eux, éclairs...
- **Gougère** : Comme pour les chouquettes mais avec du fromage dessus (on peut aussi en mettre dans la pâte à choux avec un peu de muscade).