



LES ECLAIRS A LA VANILLE

INFORMATIONS :

- 4h de préparation
- Difficulté moyenne
- 12aine d'éclairs

INGRÉDIENTS :

- 250 g d'eau
- 100 g de beurre
- 5 g de sel
- 150 g de farine
- 200 g à 250 g d'oeufs (environ 5)
- + 1 oeuf entier pour la dorure
- + quelques amandes effilées
- 500 g de lait
- 1 gousse de vanille
- 80 g de jaunes d'oeufs
- 90 g de sucre
- 60 g de poudre à crème (ou maïzena)



RÉALISATION DE LA PÂTE A CHOUX :

- 250 g d'eau
- 100 g de beurre
- 5 g de sel
- 150 g de farine
- 200 g à 250 g d'oeufs
- + 1 oeuf entier pour la dorure
- + quelques amandes effilées

Réaliser la panade : Dans une casserole, porter à ébullition quelques secondes 250 g d'eau, 100 g de beurre et 5 g de sel. Le sel permet de réguler l'excédent d'humidité dans la pâte : sans le sel, le chou n'aurait pas de beau creux à l'intérieur.

Dessécher la panade : Ajouter 150 g de farine en une seule fois et remuer énergiquement jusqu'à l'obtention d'une pâte bien homogène qui se détache des parois. Ici on dessèche la pâte.

Faire descendre la température : Attendre que la pâte soit refroidie avant d'ajouter un par un les oeufs. Vous devez obtenir un ruban cassant, parfois il n'est pas nécessaire d'incorporer tous les oeufs, tout simplement car ils ne font pas la même taille. Pour plus de précision, fouetter les oeufs tous ensemble dans un bol et ajouter des petites quantités d'oeufs progressivement.

Pocher : Placer la pâte dans une poche à douille avec une douille lisse ou crantée suffisamment large. Pour la cuisson j'utilise toujours une plaque en silicone accompagnée d'une plaque de cuisson micro-perforée. Y dresser de petits boudins qui seront la base des éclairs (2,5 cm par 12/13 cm idéalement).

Une fois les éclairs pochés, **enfournier** à 180° pendant 40 mn. Attention à ne pas ouvrir le four pendant la cuisson ! Pensez également à bien vous adapter à votre four, si nécessaire réduire la température en fin de cuisson et laisser un peu plus longtemps afin d'être sûr que l'intérieur soit bien cuit et que les choux ne retombent pas.



RÉALISATION DE LA CRÈME PÂTISSIÈRE :

- 500 g de lait
- 1 gousse de vanille
- 80 g de jaunes d'oeufs
- 90 g de sucre
- 60 g de poudre à crème (ou maïzena)

Infuser : Notre première étape est d'aplatir puis fendre 1 gousse de vanille pour y récupérer les grains qu'on va ensuite ajouter à 500 g de lait et faire chauffer, sans bouillir.

Blanchir : Dans un cul de poule, mélanger 90 g de sucre à 80 g de jaunes d'oeufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Une fois le résultat obtenu on va pouvoir y ajouter 60 g de poudre à crème (ou maïzena).

Délayer : Ajouter le lait chaud, par petite quantité, pour éviter le choc thermique. Remettre la crème sur le feu et la fouetter. La crème est prête dès l'apparition des premières bulles, cuire 2 mn supplémentaires afin de tuer toutes les bactéries.

Refroidir : J'utilise une plaque de cuisson que je viens chemiser avec un film alimentaire, je filme également au contact pour éviter la formation d'une croûte. 1h au frais est suffisant.

Détendre : Une fois la crème bien rafraîchie (et compacte !), on va la détendre à l'aide d'un fouet pour lui donner la texture lisse et brillante souhaitée.

RÉALISATION DU MONTAGE :

Trouer : Maintenant que notre pâte à choux est cuite, prendre les éclairs par la semelle (le dessous) puis y percer trois petits trous à l'aide d'un couteau. Ces derniers permettront d'introduire la douille.



Garnir : Il est important de commencer à garnir par les extrémités afin de s'assurer que l'éclair est bien garni. Pendant le passage du CAP, un examinateur peut couper votre éclair en deux pour vérifier !

Préparer le fondant : J'utilise ici un fondant acheté dans le commerce que je vais faire fondre au bain marie. Ne pas hésiter à le fluidifier avec un tout petit peu d'eau. Attention à ne pas dépasser la température de 37° au risque de nuire à la qualité du fondant et à sa brillance.

Réaliser le nappage : On peut utiliser la technique du trempage qui consiste à venir tremper le dessus de notre éclair dans le fondant puis à bien égoutter tout en égalisant avec le doigt. On peut également utiliser la technique de la spatule qui demande un peu plus d'entraînement mais promet de supers résultats.

