



LE MILLE FEUILLE

INFORMATIONS :

- 4h de préparation
- Niveau amateur
- 8/10 pièces

INGRÉDIENTS :

- 250g de farine
- 5g de sel
- 315g de sucre
- 175g de beurre de tourage
- 50cl de lait
- 1 gousse de vanille
- 2œufs
- 45g de poudre à crème
- 25g de glucose
- 75g d'eau
- 50g de chocolat noir



RÉALISATION DE LA PÂTE FEUILLETÉE :

- 250g de farine
- 125g d'eau
- 175g de beurre de tourage
- 5g de sel

LA DÉTREMPE :

Former un puits sur le plan de travail avec 250g de farine, 125g d'eau, 10g de beurre fondu et 5g de sel.

Amalgamer le tout avec une corne en rabattant la farine vers l'intérieur du puits. Le but est d'obtenir une boule en travaillant la matière le moins possible, on doit en faire un maximum avec la corne puis finir avec les mains.

Une fois la boule formée, on l'entaille d'une croix sur le dessus et on réserve le pâton 30min au frais.

LE BEURRE :

Travailler un morceau de 165g de beurre de tourage avec le rouleau à pâtisserie entre deux feuilles de papier cuisson. L'objectif est d'obtenir un carré régulier bien aplati. Une fois cette étape réalisée, réserver le beurre au frais.

LE TOURAGE :

Fleurer votre plan de travail avec un peu de farine puis déposez la détrempe.

Abaisser la détrempe en rabattant les petites oreilles formées par la croix vers l'extérieur puis en utilisant votre rouleau. L'objectif est d'obtenir un carré deux fois plus grand que celui du beurre.

Déposez ensuite votre carré de beurre au milieu de la détrempe et rabattez les bords vers l'intérieur pour enfermer le beurre.

Travailler la pâte avec le rouleau à pâtisserie, l'objectif étant de faire adhérer le pâton de détrempe avec le beurre. Abaisser de nouveau la pâte jusqu'à obtenir un rectangle 3 fois plus long que large.

Réaliser le **1er tour double** : Plier le pâton en portefeuille en rabattant le tiers inférieur de la pâte jusqu'à milieu du rectangle, puis faire la même chose avec le tiers supérieur de la pâte, enfin plier le pâton en 2.



Mettre au frais 30 min.

Après 30 min au frais, reprendre le pâton de pâte feuilletée. Abaisser de nouveau la pâte sur le plan de travail fleuré et réaliser le second tour double, comme précédemment.

Après 30 min au frais, reprendre de nouveau le pâton de pâte feuilletée. Réaliser le 3ème tour double.

Abaisser la pâte jusqu'à lui donner les dimensions de la plaque de cuisson; la déposer sur la plaque de cuisson garnie d'une feuille de papier cuisson et la piquer avec une fourchette (pour le CAP, éviter de couper la pâte). Recouvrir d'une seconde feuille de papier cuisson et d'une seconde plaque de cuisson pour emprisonner la pâte.

Enfourner 50 min à 190°.

RÉALISATION DU FONDANT BLANC :

- 75g d'eau
- 225g de sucre
- 25g de glucose

Chauffer 75g d'eau avec 225g de sucre et 25g de glucose (ou ajouter 25g de sucre si vous n'avez pas de glucose). Monter la température à 114° puis faire refroidir en déposant la casserole dans un récipient rempli d'eau. Descendre la température à 75°.

Lorsque le sirop est refroidi, le battre avec la feuille dans le robot, à vitesse moyenne, au moins 10 min, jusqu'à ce que le mélange blanchisse et durcisse un peu. Ajouter quelques d'eau pour fluidifier légèrement le mélange. Cesser de battre lorsque la structure est suffisamment lisse et coulante. Réserver le fondant à température ambiante.

RÉALISATION DE LA CRÈME PÂTISSIÈRE :

- 50cl de lait
- 1 gousse de vanille
- 2 oeufs
- 90g de sucre
- 45g de poudre à crème (ou Maizéna)

Infuser : Aplatir puis fendre 1 gousse de vanille pour y récupérer les grains qu'on va ensuite ajouter à 50cl de lait et faire chauffer, mais pas bouillir.



Blanchir : Dans un cul de poule, faire blanchir 90g de sucre avec 2 oeufs. Ajouter ensuite 45g de poudre à crème (ou maïzena).

Délayer : Ajouter un peu de lait chaud, par petites quantités, pour éviter le choc thermique et la coagulation des oeufs, puis remettre la crème sur le feu et la fouetter à nouveau. La crème est prête dès l'apparition des premières bulles, on la cuit 2 min supplémentaires pour détruire les bactéries : c'est la pasteurisation.

Refroidir : Réserver la crème au frais en filmant au contact avec du film étirable pour éviter que la crème ne croûte.

RÉALISATION DU CHOCOLAT FONDU POUR LE DÉCOR :

- 50g de chocolat fondu

Réaliser un cornet en coupant un triangle dans une feuille de papier sulfurisé. Y déposer 50g de chocolat fondu, fermer et réserver.

MONTAGE DES MILLE FEUILLE :

Fouetter la crème pâtissière refroidie pour la détendre, obtenir une structure lisse et homogène. **Pocher** dans une poche à douille avec une douille lisse de 20 mn. **Réserver**.

Lorsque la pâte feuilletée est cuite et bien refroidie, couper les bords pour obtenir un rectangle régulier puis découper des bandes de 10 cm de large (pour le CAP, on doit pouvoir réaliser 3 bandes de 10 cm). Couper chaque bande tous les 5 cm. Pour le CAP, la technique officielle est de réaliser un grand mille feuille en longueur et de le découper après l'avoir garni et décoré, lorsque l'ensemble est bien refroidi.

Pocher la crème pâtissière sur chaque étage des mille feuille et les superposer. Mettre au frais.

Faire fondre le fondant blanc au bain marie. Attention, pour qu'il garde son brillant, il ne faut pas le faire chauffer trop fort, maximum 37°.

Déposer le fondant sur le haut du mille feuille. Prendre le cornet et déposer des lignes de chocolat fondu sur la longueur puis utiliser un



couteau pointu pour dessiner le fameux motif du mille feuille (Une fois le

fondant figé, on pourra retirer l'excédent qui a coulé sur les bords. Il faut se dépêcher pour faire le décor sinon le fondant sèche et le couteau va creuser un sillon, c'est la raison pour laquelle il est préférable de réaliser les pièces les unes à la suite des autres).

Mettre au frais quelques heures.

