

≡ *recette sucrée* ≡

## CHOUX MERINGUÉS FOURRÉS AU LEMON CURD FAÇON TARTE AU CITRON

⌚ 45 minutes

🕒 35 + 15 minutes

🥧 20 petits choux

### *Ingredients*

#### *Le lemon curd*

100 ml de jus de citron  
80 g de miel  
12 g de farine riz  
3 jaunes d'œufs  
80 g d'huile de coco

#### *La pâte à choux*

250 ml d'eau  
120 ml d'huile d'olive  
1 cc. rase de sel  
1 cc. de sucre de coco  
150 g de farine de blé semi-complète  
3 œufs battus en omelette

### *Préparation*

Afin de réaliser ces petits choux dans les meilleures conditions, il convient de préparer le lemon curd la veille au soir, afin de le laisser reposer une nuit entière au frais.

#### *Le lemon curd*

Dans une casserole hors du feu, mélanger au fouet le jus de citron, le miel, la farine et les jaunes d'œufs. Conserver les blancs d'œufs dans un contenant hermétique pour réaliser la meringue le lendemain.

Faire chauffer la casserole à feu doux, en remuant régulièrement. Dès que la préparation commence à épaissir et que des petits bouillons apparaissent, retirer du feu. Ajouter ensuite l'huile de coco solide et bien mélanger pour que celle-ci s'incorpore parfaitement dans le mélange.

Transvaser le contenu de la casserole dans une poche à douille munie d'une fine canule et laisser reposer au frigo durant une nuit.

#### *La pâte à choux*

Dans une casserole, chauffer l'eau, l'huile, le sel et le sucre jusqu'à obtenir des petits bouillons. Retirer ensuite du feu et ajouter la farine en fouettant vivement la préparation afin d'obtenir une pâte homogène.

Replacer ensuite la casserole sur feu doux et mélanger la pâte, à l'aide d'une spatule en bois, durant 3 à 5 minutes. L'objectif est de sécher légèrement la pâte en laissant s'évaporer l'eau qu'elle contient. Quand la pâte se décolle parfaitement des parois de la casserole, transvaser son contenu dans le bol d'un robot ou dans un saladier.

Préchauffer le four à 170 degrés.

Battre la pâte à l'aide d'un batteur plat ou mélanger vivement à l'aide d'une spatule en bois durant une trentaine de seconde. Cela permettra de refroidir un peu la pâte, avant d'incorporer les œufs battus en omelette. Les ajouter petit à petit, tout en mélangeant, afin d'obtenir une pâte homogène et très onctueuse. Transférer la pâte à choux dans une poche à douille munie d'un embout assez large (idéalement, 2 cms d'ouverture). Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, former des petits choux de la taille d'une balle de squash. Veiller à bien espacer les choux les uns des autres, car ils vont gonfler durant la cuisson.

Enfourner pour 35 minutes, jusqu'à ce que les choux soient bien dorés, même dans les fentes. C'est le secret pour ne pas qu'ils se dégonflent une fois sortis du four. Les laisser refroidir entièrement.



≡ recette sucrée ≡

## CHOUX MERINGUÉS FOURRÉS AU LEMON CURD FAÇON TARTE AU CITRON (SUITE)

⌚ 45 minutes

🕒 35 + 15 minutes

🥣 20 petits choux

### Ingredients

#### La meringue

3 blancs d'œufs  
30 g de sucre de bouleau  
1 cc. d'extrait de vanille liquide

### Préparation

#### La meringue

Au moment de servir, monter les blancs d'œufs en neige. Fouetter les blancs et incorporer le sucre une fois que la meringue commence à se solidifier. Ajouter ensuite l'extrait de vanille liquide. Continuer à fouetter jusqu'à ce que la meringue soit bien satinée et onctueuse.

#### Le montage

Fourrer les choux à l'aide de la poche à douille contenant le lemon curd. Former une petite incision sur le dessus des choux, puis insérer la canule à l'intérieur et les remplir de lemon curd.

Récupérer ensuite une cuillère à soupe de meringue et tartiner le dessus d'un chou. Répéter l'opération jusqu'à ce que tous les petits choux soient meringués.

Faire dorer le dessus des choux meringués durant 3 - 4 minutes dans un four préchauffé à 180 degrés, en mode grill.

Servir de suite ou conserver au frais pendant maximum 24 heures.

