

PÊCHES FRAÎCHES SUR BISCUIT MOELLEUX

Un gâteau léger avec des pêches fraîches et crues, sans ajout de matière grasse et où du sucre naturel à faible IG. Une façon de consommer des fruits de saison dans un dessert généreux en fruits frais.

Biscuit moelleux	30 gr féculé de pomme de terre	30 gr noix de coco râpée
2 oeufs	200 ml lait de soja vanille	
40 gr sucre de bouleau (xylitol)	Garniture de pê...	
70 gr farine de riz	8-10 pêches	
1 pincée sel	1 citron (jus)	
Crème pâtissière	1 orange (jus)	
2 jaune d'oeuf	2 gr agar agar	
30 gr sucre de bouleau (xylitol)		



 30-40 minutes
 15 minutes
 6 portions

Biscuit moelleux



1. Clarifier les oeufs



2. Ajouter le sucre de bouleau aux jaunes et réserver les blancs d'œufs pour les monter en neige par la suite



3. Blanchir les jaunes avec le sucre en poudre au fouet jusqu'à un mélange mousseux. Mettre le four à préchauffer à 180°C.



4. Préparer les blancs d'œufs en neige et peser la farine. Commencer par ajouter à la cuillère : un peu de farine au mélange oeufs/sucre,



5. Ajouter ensuite un peu de blanc en neige délicatement, pour ne pas que le mélange soit trop sec



6. Reprendre avec un peu de farine et ainsi de suite (mélange farine/blanc en neige), jusqu'à obtenir un mélange léger et mousseux (ni trop fluide ni trop épais)



7. Déposer cette mousse sur du papier cuisson



8. Le papier déposé au préalable dans un plat rond à tarte ou à gâteau, et étaler légèrement pour égaliser la surface



9. Cuire au four 180°C environ 10-15 minutes.



10. Lorsque la surface a légèrement coloré c'est cuit (mais ce biscuit reste très très souple)



11. Renverser ce biscuit une fois refroidi, sur une autre feuille de papier



12. Décoller la feuille de papier sur laquelle il a cuit



13. Renverser à nouveau le biscuit sur une grande assiette à fond plat

Crème pâtissière



14. Mettre à chauffer le lait végétal à feu doux



15. Séparer les jaunes d'œufs des blancs qui seront réservés pour une autre recette



16. Ajouter le sucre aux jaunes et mélanger (comme pour le biscuit)



17. Ajouter la féculé de pomme de terre et bien mélanger à la cuillère ou au fouet



18. Il ne faut pas que la pâte soit trop épaisse pour pouvoir remuer facilement



19. Ajouter par dessus un peu de lait chaud, petit à petit pour mélanger facilement



20. A la fin on obtient un liquide du mélange de lait végétal chaud avec la pâte œuf/sucre/farine



21. Renverser ce liquide dans la casserole et chauffer à nouveau à feu moyen



22. Remuer sans arrêt car en 2 minutes, ce liquide va se transformer en crème épaisse, et il ne faut pas que la crème accroche au fond. Dès que la crème a bien épaissi et forme des bulles en surface (même après avoir baissé le feu), elle est cuite



23. Sans attendre, renverser la crème dans un saladier qui aura été placé pendant ce temps dans le congélateur pour être bien froid, et remuer pour refroidir rapidement cette crème. Filmer et réserver au frais

Garniture de pêches



24. Couper les pêches et ajouter du jus de citron pour ne pas qu'elle s'oxydent à l'air



25. Il est préférable de les couper en très petits morceaux si les pêches sont un peu fermes, puis ajouter une cuillère de miel qui adoucira l'acidité apportée par le citron. Garder le tout au frais.



26. Une fois le biscuit et la crème refroidis, étaler la crème sur le biscuit



27. Une couche pas trop épaisse suffira



28. Répartir les pêches sur toute la surface par dessus la crème. Tout autour, faire adhérer à la main ou à la



29. Préparer un jus d'orange



30. Y ajouter du nappage pour tarte ou de l'agar agar, et faire chauffer jusqu'à ébullition.



31. Récupérer ce liquide chaud que l'on étalera sur la surface et qui donnera de la brillance et de la tenue.



32. Ce plat est un vrai délice de fraîcheur...