

## Sablé Breton

Pour 4 personnes

<u>Le sablé</u> 1 jaune d'œuf 50 g de sucre en poudre 60 g de beurre mou 95 g de farine 5.5 g de levure chimique 1 g de fleur de sel		<u>Les ustensiles</u> 1 saladier, 1 fouet, 1 rouleau à pâtisserie (facultatif), 4 cercles individuels, 1 plaque four, papier sulfurisé
<u>Le sablé</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dans un saladier, battre les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse</li><li>• Incorporer le beurre jusqu'à l'obtention d'un mélange bien homogène</li><li>• Ajouter la levure chimique, la farine, le sel, puis mélanger avec les mains, le but est d'avoir une boule de pâte</li><li>• Etaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou avec le bout des doigts, d'une épaisseur d'environ 1 cm</li><li>• Graisser le moule avec un peu de beurre</li><li>• Disposer le rond de pâte sablée dans le cercle</li><li>• Cuire les sablés à 180°C, pendant 15 minutes</li><li>• A la sortie du four, ôter le cercle et laisser refroidir</li></ul> <p>On est Food'Sablé !</p>		

## Sabayon de fruits rouges

Pour 4 personnes

### Le sabayon

4 jaunes d'œufs  
60 gr de miel  
1 cl d'Amaretto  
160 gr de fraises  
½ barquette de framboises  
½ barquette de mûres

### Les ustensiles

1 saladier, 1 fouet électrique,  
4 moules individuels

### Le sabayon

- Dans un saladier, battre les jaunes d'œufs avec le miel jusqu'à ce que le mélange double de volume
- Ajouter l'amaretto dans le sabayon
- Oter le calice des fraises et les tailler en 4
- Disposer les fruits rouges dans les ramequins
- Verser le sabayon sur les fruits rouges
- Passer les moules sous le grill du four, jusqu'à l'obtention d'une belle coloration

On est Food'Sabayon !

## Rocher coco

Pour 28 pièces

### Rocher coco

4 blancs d'œufs  
265 gr de sucre en poudre  
265 gr de coco râpée  
26 gr de confiture  
d'abricots

### Les ustensiles

1 saladier, 1 fouet électrique,  
1 plaque four, papier sulfurisé,  
1 poche (facultatif), 1 douille  
cannelée (facultatif)

### Rocher coco

- Dans un saladier, mettre les blancs d'œufs et le sucre
- Monter les blancs d'œufs au fouet électrique au bain-Marie, l'objectif est d'avoir une meringue Suisse, attention, elle ne doit pas être trop chaude. Vérifier avec le bout du doigt la température de la meringue (vous devez pouvoir y laisser le doigt dans la meringue sans vous brûler)
- Hors du feu, ajouter la noix de coco râpée, la confiture d'abricots et continuer à fouetter 2 à 3 minutes
- Mettre la préparation dans une poche muni d'une douille cannelée
- Sur une plaque four muni d'un papier sulfurisé, faire des petits tas de rochers à l'aide de la poche (si vous n'avez pas de poche aidez-vous de cuillères à café) en leur donnant une forme légèrement conique
- Cuire au four à 180°C, pendant 20 minutes

On est Food'Rocher coco !

## Financier à la framboise

Recette pour 16 bouchées

<u>Financier à la framboise</u> 30 gr de sucre glace 30 gr de poudre d'amandes 12 gr de farine 30 gr de beurre 1 blanc d'œuf (attention peser 30gr pour un blanc d'œuf) 6 gr miel	½ bq de framboises	<u>Les ustensiles</u> 1 casserole, 1 saladier, 1 fouet, 1 poche, 1 Maryse, 1 moule en silicone en forme de mini financier, 1 plaque four, papier sulfurisé
<u>Financier à la framboise</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mettre le beurre et le miel dans une casserole et faire colorer (beurre meunière ou noisette) et le laisser refroidir</li><li>• Préchauffer le four à 180°C</li><li>• Mélanger les poudres (sucre glace, poudre d'amandes et farine), puis incorporer le blanc d'œuf</li><li>• Verser le beurre sur cette préparation et bien mélanger</li><li>• Mettre l'appareil en poche</li><li>• Graisser le moule à financier</li><li>• Verser l'appareil dans le moule en remplissant au <math>\frac{3}{4}</math></li><li>• Tailler les framboises en 2 dans le sens de la longueur et disposer une demi-framboise au centre de chaque financier</li><li>• Cuire pendant 9/10 minutes et laisser refroidir pour avoir encore plus de croustillance</li></ul> <p>On est Food'Financier !</p>		