



Pâte à choux sans gluten : chouquettes et gougères fromage-chorizo



Animation ZODIO

Ingrédients :

Chouquettes

80 g de maïzena
45 g de farine de riz semi-complète
100 g de beurre
1 cuil. à soupe de sucre
3 ou 4 œufs
200 g d'eau
100 g de lait
1 pincée de sel
Sucre perlé ou en grains

Gougères

80 g de maïzena
45 g de farine de riz semi-complète
100 g de beurre
3 ou 4 œufs
200 g d'eau
100 g de lait
30 g Emmental ou comté râpé
25 g Chorizo
1 pincée de sel

Matériel nécessaire

1 casserole
2 culs de poule
1 spatule Exoglass®
1 Maryse
Plaques perforées et tapis
silicone
Poche à douille + douille

Recette

Préchauffer le four à 210°. Faire chauffer dans une casserole : eau, lait, beurre et sel. Dès que le beurre est fondu amener à ébullition. Retirer la casserole du feu et verser d'un seul coup la maïzena et la farine de riz au préalablement mélangée en remuant énergiquement sans arrêt à la spatule en bois.

Remettre sur le feu pour dessécher la pâte quelques minutes. Sortir du feu et verser la pâte dans un cul de poule. Ajouter les œufs un à un en travaillant la pâte après chaque œuf. Casser et battre le dernier œuf dans un petit récipient. Le dernier œuf ne pas être ajouter entier mais petit à petit afin d'avoir la bonne consistance de pâte. Il est possible de ne pas avoir besoin d'ajouter le dernier œuf en entier. La consistance de la pâte doit être souple mais pas trop liquide, faire un sillon au milieu avec la spatule s'il se referme doucement c'est la bonne consistance. S'il ne se referme pas ou très très lentement il faut rajouter un peu d'œuf.

Pour les gougères : Rajouter à la pâte le fromage râpé et le chorizo coupé en tout petit dès et mettre dans une poche à douille avec une douille. Dresser sur une plaque en silicone légèrement farinée (farine de riz). Ou sur une plaque à pâtisserie, beurrée et farinée.

Pour les chouquettes : dresser les choux à la poche à douille sur une plaque en silicone légèrement farinée (farine de riz). Ou sur une plaque à pâtisserie, beurrée et farinée. Parsemer les choux de sucre perlé.

Faire cuire 5 minutes à 210° puis baisser la température à 180° et laisser cuire 20 ou 30 minutes (selon votre four), les choux doivent être bien dorés.



Pascale Phazelle

Tél : 06.76.52.15.65

Blog : pascaleandco.canalblog.com

