

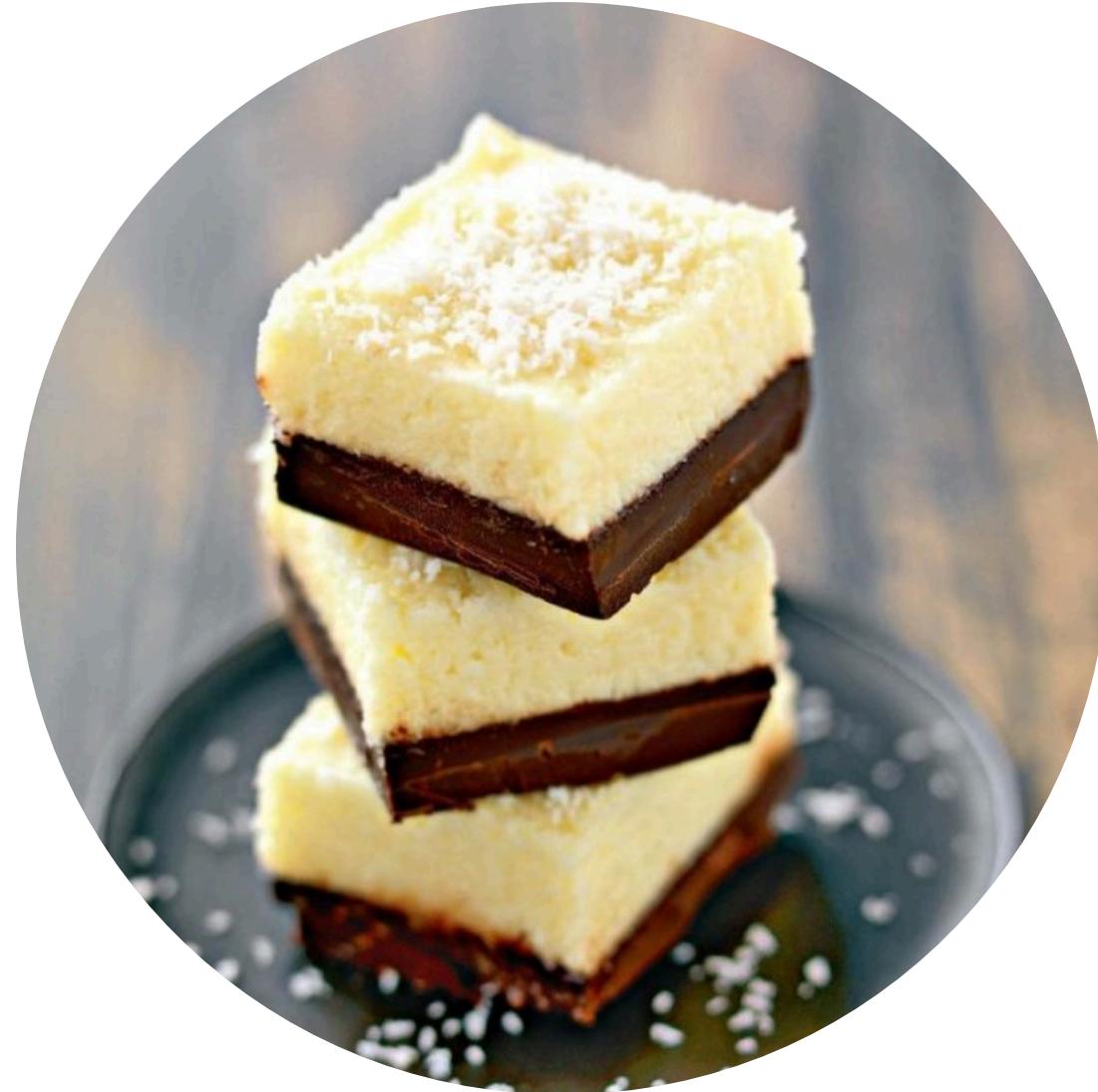
Livret recettes



Asie: Gâteau chocolat-coco

Ingédients:

350 g de chocolat noir amer
100 g de beurre
100 g de sucre glace
200 g de lait concentré sucré
220 g de noix de coco râpée
1 cuil. à café d'huile



Huiler un plat rectangulaire d'environ 30 x 20 cm. Casser le chocolat en petits morceaux et faire le fondre au bain-marie. Verser dans le plat et mettre au réfrigérateur pour qu'il durcisse. Pendant ce temps, réunir dans une jatte le sucre, le lait concentré, le beurre mou et la noix de coco. Fouetter (au batteur électrique de préférence) pour obtenir une pâte lisse et homogène.

Dès que le chocolat a durci dans le plat, verser dessus le mélange à la noix de coco, lisser à la spatule et faire à nouveau durcir au réfrigérateur.

Démouler et retourner l'ensemble pour que le côté noix de coco soit au-dessus.

Détailler en carrés à l'aide d'un grand couteau. Servir frais.

Amérique du Sud: Gâteau aux trois laits

Ingédients:

Pour la pâte

5 œufs

120 g de beurre doux

250 g de sucre

200 g de farine

1 cuillère à soupe d'extrait de vanille

1 cuillère à café de levure chimique

Pour la crème

400 ml de lait concentré sucré

400 ml de lait

350 ml de lait concentré non sucré

Pour le nappage

400 ml de crème fleurette

2 cuillères à soupe de sucre

1 cuillère à soupe d'extrait de vanille

Fraises (optionnel)



Pâte

Préchauffer le four à 175°C. Verser la levure chimique dans la farine préalablement tamisée.

Séparément, battre le beurre et le sucre pendant quelques minutes.

Ajouter les œufs et l'extrait de vanille et continuer à battre.

Ajouter progressivement le mélange farine / levure chimique et continuer à battre.

Verser le mélange dans un grand plat à gratin beurré préalablement.

Mettre au four pendant 30 minutes. Piquer le gâteau avec une fourchette.

Laisser refroidir pendant au moins 20 à 30 minutes.

Crème

Mélanger les trois laits puis verser le mélange sur la pâte en plusieurs fois.

La pâte doit absorber tout le liquide.

Nappage

Battre la crème fleurette avec un batteur électrique. Lorsqu'elle commence à s'épaissir, ajouter le sucre et l'extrait de vanille et continuer à battre. Recouvrir le gâteau aux trois laits de cette crème chantilly.

Vous pouvez agrémenter votre gâteau aux trois laits avec des fraises fraîches.

Europe: Tatin

Ingédients :

8 à 10 pommes
150 g de beurre
150 g de sucre en poudre
200 g de pâte brisée ou pâte sucrée
cannelle en poudre (facultatif)



Éplucher les pommes les couper en deux et retirer les trognons.

Dans une poêle, mettre le beurre à fondre. Ajouter le sucre en poudre en pluie fine. Mélanger délicatement avec une spatule jusqu'à ce que les deux ingrédients soient bien mélangés et ainsi obtenir un caramel.

Attention à ne pas le laisser trop noircir, cela donnerait un goût amer à votre tarte. Laisser colorer le caramel selon votre convenance (plus ou moins clair). Il est normal que le beurre soit dissocié du caramel à cette étape. Tout rentrera dans l'ordre avec la cuisson au four et le jus des pommes.

Rajouter les demi-pommes et faites cuire une dizaine de minutes à feu doux. Ainsi, les pommes vont commencer à cuire et elles seront bien imprégnées de caramel.

Dans un moule, déposer un papier de cuisson puis rajouter les pommes caramélisées. Réservoir.

Fleurer votre plan de travail. Abaisser la pâte brisée à l'aide d'un rouleau à pâtisserie sur 3 ou 4 mm d'épaisseur en un disque légèrement supérieur au diamètre de votre moule.

Prendre le disque de pâte délicatement avec les mains et le déposer sur les pommes encore chaudes.

Rentrer les bords de pâte qui dépassent à l'intérieur du moule. Ne pas hésiter à bien les enfoncez avec les doigts.

Avec la pointe d'un couteau d'office, faire une petite cheminée pour que la vapeur d'eau puisse s'évacuer pendant la cuisson.

Cuire à four chaud (180-200°C), pendant 20 à 25 minutes, jusqu'à cuisson complète de la pâte.

Ce temps de cuisson peut varier d'un four à l'autre. La pâte est cuite et le caramel commence à remonter sur les cotés. Au terme de la cuisson, retirer le moule du four.

Attraper en même temps les deux plats avec deux torchons secs et retourner l'ensemble en un mouvement rapide mais contrôlé. Attention aux éclaboussures.

Afrique : Gâteau arachides et confiture abricots

Ingédients:

Etape 1

Base du gâteau

2 oeufs

400g de farine

100g de sucre

2 sachets de levure chimique

1 sachet de sucre vanillé

200g de beurre

500g de confiture d'abricot (a garder pour la suite de la recette)

Mélanger à la main le beurre, les oeufs, le sucre et le sucre vanillé jusqu'à obtention d'une pâte collante et homogène. Rajouter la farine et bien étaler à la main dans un moule. Laisser reposer



Etape 2

Farce:

600g de cacahuètes nature

100g de sucre

7 càs d'eau

300g de beurre

1 sachet de sucre vanillé

Griller les cacahuètes puis concassées les.

Mélanger les ingrédients ensemble.



Etape 3

Etaler généreusement la confiture sur la base de votre gâteau.

Rajouter par dessus la farce

Enfourner à 180° pendant 35minutes

Océanie: Gâteau aux kiwis

Ingédients:

4 kiwis assez mûrs
1 cs cassonade
100 g de beurre fondu
100 g de sucre
3 oeufs
120 g de farine
2 petits suisses
1/2 sachet de levure
1 cc de vanille liquide



Éplucher les 4 kiwis et les couper en petits cubes. Les saupoudrer de cassonade et mélanger délicatement; réservier le temps de préparer la pâte.

Dans un saladier, mélanger au batteur le beurre fondu et le sucre jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

Ajouter les 3 œufs entiers, un par un, en mélangeant bien entre chaque œuf.

Rajouter les 2 petits suisses et mélanger à nouveau.

Verser la farine, la levure et la vanille liquide et remuer pour obtenir une pâte homogène. Ajouter les kiwis et mélanger délicatement à la cuillère en bois.

Verser la préparation dans un plat allant au four. Beurrer et fariner selon le type de plat utilisé.

Mettre à four chaud, 210°C (Th 7) pendant 20 à 25 min, la lame du couteau doit ressortir propre. Déguster tiède ou froid.

Amérique du Nord: Brownies

Ingédients:

250 g de chocolat pâtissier

150 g de beurre

150 g de sucre

60 g de farine

sel

1 sachet de sucre vanillé

3 oeufs



Faire fondre le chocolat cassé en morceaux avec le beurre

Pendant ce temps, battre les oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

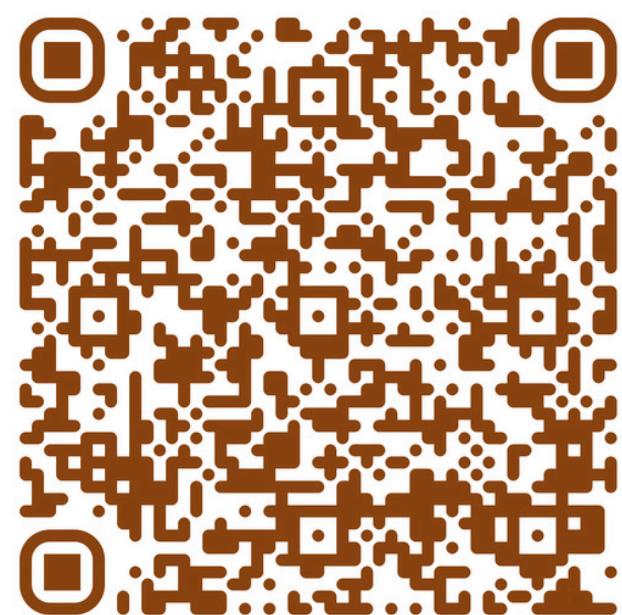
Ajouter la farine, le sucre vanillé, et ajoutez le chocolat.

Verser le tout dans un moule, et enfournez à 180°C pendant 15 à 20 minutes.

Et voilà !

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet

[https://www.epicerie-solidaire.fr/les-recettes-de-
lepicerie-solidaire-bordeaux-capucins/](https://www.epicerie-solidaire.fr/les-recettes-de-lepicerie-solidaire-bordeaux-capucins/)



Les recettes ont été réalisées par le
Centre d'animation St-Michel et
l'Epicerie Solidaire

