La pâte à choux

Personnes :	Préparation :	Repos :	Cuisson :
-	30 min.	Congélation : 20 min. Réfrigération : 2h	Température : 160°C Temps : 45 min.

Matériel spécifique

- ☑ Spatule
- ☑ Douille 10 mm

Liste des préparations

- ✓ La pâte à choux
- ✓ Technique pour obtenir une forme parfaite sans craquelin

Les étapes

- **Préparation des ingrédients** Page **2**
- **Réalisation de la panade** Page **3**
  Refroidir à 45-50°C
- **Réalisation de la pâte à choux** Page **3**
  Réserver 2h minimum au réfrigérateur
- **Dressage/Préparation (à température ambiante)** Page **4**
  Réserver 20 minutes au congélateur
- **Cuisson (en mode statique)** Page **4**
  160°C minimum pendant environ 40-45 minutes

Ingrédients

- ☑ 125 g de lait
- ☑ 125 g de d'eau
- ☑ 2 g de sel
- ☑ 4 g de sucre
- ☑ 115 g de beurre
- ☑ 125 g farine T55
- ☑ 210 g d'œuf entier (x5)
- ☑ 15 lait (facultatif)

La préparation

- Couper 115 g de beurre en petits dés.
- Ajouter 4 à 5 œufs entiers dans un cul-de-poule et les battre.
- Puis les peser (en les filtrant à travers un chinois si possible). Prélever 210 g d'œufs entiers.
- Tamiser 125 g de farine T55.
- Verser 125 g d'eau et 125 g de lait dans une casserole (peu importe : demi-écrémé ou entier).
- Enfin, ajouter 2 g de sel + 4 g de sucre en poudre au mélange lait/eau.

La panade

- Verser le beurre coupé en dés dans la casserole et faire chauffer à feu doux.
- À l'aide d'une spatule, mélanger pour faciliter la fonte du beurre.
  Ce qui est important à cette étape, c'est que le beurre soit fondu avant que le lait ne se mette à bouillir.
- Lorsque le beurre est totalement fondu, augmenter le feu de telle sorte à faire bouillir le lait.
- Lorsque le lait bout, retirer la casserole du feu et y verser immédiatement la farine tamisée.
- À l'aide de la spatule mélanger vivement jusqu'à obtenir une pâte homogène et qui se détache de la paroi.
- Replacer la casserole sur feu moyen, afin d'assécher la panade.
- Mélanger vivement pendant 2-3 minutes, jusqu'à ce qu'une fine pellicule se forme dans le fond de la casserole.
- Verser la panade dans le bol du robot (ou un cul de poule si on souhaite le faire à la main).

Vous venez de réaliser la panade !

La pâte à choux

- À l'aide de la "feuille" et sur vitesse moyenne, mélanger la panade jusqu'à ce que sa température descende aux environs de 45-50°C.
- Lorsque la pâte a atteint 45-50°C, y verser les œufs battus petit à petit (il faut que les œufs soient tempérés).
  S'assurer qu'entre chaque ajout, les œufs soient parfaitement intégrés à la pâte.
- À la moitié de l'ajout et à l'aide d'une maryse, contrôler que le mélange se fasse correctement.
- Arrêter d'ajouter les œufs lorsque vous plantez la feuille du robot dans la pâte et qu'en la retirant cela forme un ruban qui s'écoule lentement.
  À ce stade, la pâte à choux devrait être parfaitement lisse et brillante.
- Arrêter l'ajout des œufs en fonction de la consistance de la pâte à choux et non en fonction des œufs qu'il reste.

- Il est donc possible qu'à ce stade, 2 cas de figures se présentent :
  - Il reste de l'œuf (ou tout l'œuf a été utilisé) mais la consistance est correcte.
  - Les 210 g d'œufs ont été utilisés mais la pâte est encore trop ferme. Dans ce cas, ajouter petit à petit 15 g de lait au maximum, jusqu'à obtenir la bonne consistance.
- Placer la pâte à choux dans une poche à douille et la réserver au minimum 2h au réfrigérateur..

Ingrédients

- ☑ QS de sucre glace

Et au choix

- ☑ Huile de pépin de raisin
- ☑ Beurre clarifié
- ☑ Huile de coco désodorisée
- ☑ Mycryo

La cuisson

- Pour la cuisson, utiliser un tapis et une plaque perforés. Cela évitera aux choux d'avoir le fond incurvé !
- Dresser la pâte à choux de préférence lorsqu'elle est à température ambiante (penser donc à la sortir du réfrigérateur au moins 30 minutes avant).
- Toujours bien espacer les choux, car ils grossissent énormément à la cuisson.
- Corriger la forme des choux à l'aide d'un peu d'eau et du doigt.
- Ensuite le secret pour qu'ils n'éclatent pas pendant la cuisson est de les asperger d'une matière grasse « neutre ».
- Choisir entre l'huile de pépin de raisin, le beurre clarifié, le mycryo ou l'huile de coco désodorisée.
- Saupoudrer les choux de sucre glace.
- Réserver au congélateur 20 minutes (ou plus).
- Préchauffer le four à 160°C.
- Enfourner les choux en chaleur statique pendant 45 minutes (le temps dépendra forcément de la taille des choux). Se fier donc à leur couleur !
- Ne surtout pas ouvrir le four pendant la cuisson, ce qui les ferait retomber.

Notes

❖ **Pourquoi placer les choux au congélateur juste avant la cuisson ?**

Comme je me base sur une cuisson plutôt basse (à 160°C), je maximise le choc thermique avec les choux quasi, voir complètement congelés. Cela aura pour effet d'augmenter la levée des choux.

❖ **Le choix de l'huile :**

Il faut avouer que mettre de l'huile même dite neutre, comme de l'huile de pépin de raisin, donne au chou un léger goût de friture. C'est pourquoi j'ai une très grosse préférence pour l'huile de coco désodorisée qui pour moi, donne le meilleur résultat et qui a le goût le plus neutre.

❖ **Plaque de cuisson :**

Utiliser une plaque et un tapis perforés, cela permettra à la vapeur de s'échapper aussi par le dessous. Et évitera les accidents de choux avec un fond concave. Ainsi, vous aurez des choux avec le fond plat.
L'inconvénient du tapis perforé c'est que la pâte à choux à tendance à s'incruster dans les mailles du tapis. Il faut donc éviter que la pâte de soit trop liquide ou réaliser un petite préparation pour éviter ce genre de problème.
A l'aide de beurre mou, comblez les mailles du tapis et placez le tapis au réfrigérateur 10 minutes (ou 2 minutes au congélateur) afin que le beurre durcisse . Saupoudrez de farine le tapis et enlevez l'excédent. Vous pourrez ensuite réaliser vos repères sur la farine, et à l'aide d'un emporte pièce ou un petit verre.
(Cette technique est utilisée dans la vidéo du Paris-Brest à 13:56)
Il est aussi important de ne pas faire cuire trop de choux à la fois, car cela dégagerait trop de vapeur et cela serait néfaste au résultat final.

❖ **Le craquelin :**

Pour obtenir des choux bien ronds, la méthode la plus communément utilisée reste celle de l'utilisation d'un craquelin.
La recette est la suivante :

- 25 g de sucre cassonade
- 25 g de beurre mou
- 25 g de farine T55

Dans un cul-de-poule mélangez tous les ingrédients jusqu'à former une boule homogène.
Abaissez à 1 mm d'épaisseur et découpez à l'aide d'un emporte-pièce (la taille soit 0,5 à 1 cm plus large que la taille du choux avant cuisson)
Réservez au congélateur