

La pâte sablée



Personnes :

-



Préparation :

25 min.



Repos :

Congélation : 5 min.
Réfrigération : -



Cuisson :

Température : 160°C
Temps : 15-18 min.

Matériel spécifique

- Règles 3 mm

Liste des préparations

- La pâte sablée



Les étapes

🌀 Cuire un œuf dur

10 minutes

🌀 Travailler le beurre en pommade

Réserver au réfrigérateur

🌀 Ajouter farine/fécule/sucre glace

Réserver au réfrigérateur

🌀 Abaisser à 2-3 mm

Réserver au réfrigérateur

🌀 Réserver au congélateur

Pendant 5 minutes

🌀 Cuisson

À 160°C pendant 15-18 minutes

Ingrédients

- ☑ 116 g de beurre mou (82% MG)
- ☑ 2 g de sel fin
- ☑ 38 g de sucre glace
- ☑ 104 g de farine T55
- ☑ 20 g de fécule (maïzena)
- ☑ 6 g de jaune d'œuf (x1)
- ☑ 2 pincées de poudre de vanille

La pâte sablée

- Faire cuire 1 œuf dur (10 minutes dans l'eau bouillante) et prélever 6 g de jaune d'œuf.
- À l'aide du robot et de la feuille, procéder au mélange de 116 g de beurre mou, 2 pincées de sel et de poudre de vanille.
- Ajouter ensuite en tamisant 104 g de farine T55, 20 g de fécule et 38 g de sucre glace.
- Dès que le mélange est homogène, l'étaler entre 2 feuilles de cuisson à 2-3mm.
- Placer au congélateur 5 minutes afin de retirer une des 2 feuilles et cuire à 160°C jusqu'à coloration (environ 15-18 minutes).
- Réserver dans un endroit sec.



Plus il y a de sucre dans une pâte, moins elle est imperméable après cuisson.

Les pâtes sucrées et sablées sont donc très perméables et les fonds se réhumidifient rapidement. Il est préférable de recouvrir la pâte avec une couche de crème d'amande par exemple ou l'imperméabiliser avec du beurre de cacao, une dorure jaune + crème,...

❖ Différentes pâtes sablées.

Attention, il existe plusieurs types de pâtes sablées.

- o Celle-ci correspond à une pâte qui sera souvent émietée. En effet, elle est beaucoup trop friable et fragile pour être utilisée comme pâte à foncer (pour être utilisée comme fond de tarte).

Autre recette plus conventionnelle (version CAP)

- Beurre : 125 g
 - Sucre glace : 110 g
 - Farine T55 : 250 g
 - Poudre levante (bicarbonate de soude) : 5 g
 - Œuf entier : x1 (50 g)
 - Sel : 1 pincée (2 g)
 - Vanille liquide : QS
- o Si vous souhaitez une pâte sablée pour fonçage :
 - Beurre : 125 g
 - Amandes/Noisettes en poudre : 40 g
 - Sucre glace : 85 g
 - Œuf entier : x1 gros (60 g)
 - Fleur de sel : 1 pincée (2 g)
 - Vanille liquide : QS
 - Farine T55 : 200 g
 - Amidon (fécule de maïs) : 40 g

Sabler la farine et le beurre froid coupé en petits cubes.

Ajouter les œufs, le sucre glace, la poudre d'amandes, l'amidon et le sel.

Pétrir légèrement sans corser.

Fraiser, abaisser et filmer au contact.

Réserver au froid.

L'abaisse se fera à 3 mm et la cuisson à 170-180°C.