

La crème pâtissière



Quantité :

800 g



Préparation :

25 min.



Repos :

Congélation : -
Réfrigération : -



Cuisson :

Température : -
Temps : -

Matériel spécifique

☒ Mixeur plongeant

☒ Fouet

Liste des préparations

✓ La crème pâtissière



Les étapes

☞ **Infuser le lait avec la vanille**

Repos 30 min. à 1h à couvert

☞ **Faire blanchir jaunes + sucre**

☞ **Ajouter fécule + farine**

☞ **Faire bouillir le lait**

☞ **Verser moitié du lait / Mélanger**

☞ **Verser l'appareil dans la casserole et cuire**

+1 à 2 minutes à partir de l'ébullition

☞ **Hors feu ajouter le beurre froid**

La crème pâtissière

Ingredients

- ☒ 500 g de lait entier
- ☒ 75-90 g de sucre en poudre
- ☒ 80 g de jaune d'œuf (x4)
- ☒ 35 g de beurre
- ☒ 25 g de poudre à crème (ou maïzena)
- ☒ 25 g de Farine T55
- ☒ QS d'extrait de vanille ou gousse

- o Dans une casserole, verser les 500 g de lait.
- o Ajouter une gousse de vanille fendue en deux et prélever l'intérieur à l'aide d'un couteau.
- o Faire chauffer sur feu moyen jusqu'à frémissement.
- o Stopper la cuisson et laisser infuser pendant 1 heure à couvert.
- o Dans un saladier, préparer les 4 jaunes d'œufs avec les 75 g de sucre en poudre.
- o Faire blanchir le mélange.
- o Ajouter les 25 g de farine et les 25 g de poudre à crème.
- o Mélanger le tout de façon homogène.
- o Réserver les 35 g de beurre coupé en dés au congélateur, le temps de faire la crème pâtissière.
- o Faire réchauffer le lait à feu moyen.
- o Lorsque le lait bout, verser lentement la moitié sur les jaunes tout en mélangeant avec un fouet pour que le mélange soit homogène.
- o Reverser le tout sur le restant de lait en train de bouillir.
- o Stopper la cuisson puis hors du feu, continuer à mélanger à l'aide du fouet jusqu'à épaississement.
- o Remettre la casserole sur feu moyen.
- o Dès que la crème fait des bulles, mélanger sans cesse pendant 1 à 2 minutes. La crème doit être bien ferme au début puis peu à peu se liquéfier.
- o Hors du feu, ajouter les dés de beurre congelé et fouetter encore.
- o Débarrasser la crème dans un plat et filmer au contact.



Une crème pâtissière contient toujours du lait, des jaunes d'œufs (ou des œufs entiers), du sucre, de la farine (ou de la fécule de maïs) et de la vanille. Parfois, on y ajoute aussi du beurre après la cuisson, pour enrichir le goût et la rendre plus onctueuse.

❖ Œuf entier, jaune ou combinaison des 2 ?

C'est une question de goût. Les œufs servent à épaissir, mais aussi à donner du goût. Outre des protéines, les jaunes d'œufs contiennent aussi des matières grasses et de la lécithine (un émulsifiant naturel), qui ajoutent une texture soyeuse et une belle couleur jaune à la crème pâtissière. Les blancs pour leur part, donnent surtout de la fermeté, car ils ne contiennent que des protéines. Dans un cas comme dans l'autre, les protéines des œufs ne suffisent pas seules à la tâche. Il leur faut de l'aide pour assurer la tenue de la crème pâtissière. Ce soutien vient de la farine ou de la fécule de maïs.

❖ Farine ou fécule de maïs ?

La crème pâtissière préparée uniquement à partir de farine donne un résultat un peu plus opaque et blanchâtre et a une texture plus ferme et légèrement plus pâteuse que celle préparée avec la fécule de maïs. En revanche, une crème pâtissière faite uniquement avec de la fécule de maïs a une couleur légèrement plus jaune et une texture plus soyeuse en bouche, mais elle peut parfois être un peu gluante. Et si on mélange les deux ? On peut profiter des forces de chacune, en évitant les désagréments.

Si vous avez une recette uniquement à base de farine et que vous souhaitez utiliser de la fécule de maïs (ou vice versa), sachez que la fécule remplace la farine en suivant ce ratio : 100 g de fécule pour 120 g de farine.

❖ Le lait ?

Le choix du lait a peu d'importance sur la réussite de la crème pâtissière. Par contre, côté saveur, le lait entier donnera de bien meilleurs résultats que l'écrémé. Donc dès qu'il y a infusion, il est préférable d'utiliser un lait entier !

❖ La cuisson :

Pour une cuisson parfaite, il faut absolument 1 à 2 minutes de cuisson supplémentaire à partir du moment où la crème pâtissière a été portée à ébullition. Cela assurera un gonflement maximal de l'amidon.

❖ Faire refroidir sans trop remuer :

Sinon la crème pâtissière pourrait devenir coulante. En effet, la structure hyper-gonflée des granules d'amidon est très fragile. Des coups de fouet un peu trop énergiques après la cuisson pourraient les faire « implorer » et rendre la crème pâtissière plus fluide.

❖ Congélation :

Si le beurre n'est pas présent en quantité suffisante (plus de 250 g au litre de lait), les crèmes pâtisseries ne contenant que de L'AMIDON DE MAÏS comme épaississant ne se congèlent pas.

Les crèmes pâtisseries ne contenant que de la FARINE comme épaississant se congèlent toutes, que la farine soit de gruau ou non.

Les crèmes contenant des MÉLANGES FARINE-AMIDON se congèlent si la farine est dominante : la poudre à crème doit être dosée à moins de 40 g et la farine à plus de 80 g au litre de lait.

Une crème contenant moitié poudre à crème, moitié farine ne se congèle généralement pas.

La crème pâtissière qui supporte le mieux la congélation, contient 100 g de farine et 20 g d'amidon (ou poudre à crème).

Si la crème pâtissière contient de l'amidon de maïs mais pas de beurre, elle ne se congèle pas parce que l'amidon de maïs classique ne stabilise pas assez l'eau, contrairement à la farine.

Voici une recette de crème pâtissière qui supporte très bien la congélation :

- Lait entier : 500 g
- Jaunes d'œufs : 80 g
- Sucre : 115 g
- Farine : 50 g
- Fécule de maïs : 10 g
- Beurre : 50 g

❖ Poudre à crème ? :

Les poudres à crème à chaud courantes contiennent environ 97% d'amidon de maïs. Le reste est composé d'arômes vanille, de colorants et parfois de sucre ou d'épaississants autres que l'amidon.