


Choux à la crème chantilly


Difficulté : 

Bio : 

Local : 

Temps : 

Label : 

Fait maison : 

pour 10 convives Adolescents - 81 gr.



Ingrédients	Quantité
- Oeuf frais - Entier <i>brut</i>	2.000 <i>piece</i>
- Crème UHT 35% <i>brut</i>	0.400 <i>litre</i>
- Eau <i>brut</i>	0.125 <i>litre</i>
- Farine de blé <i>déshydraté</i>	0.075 <i>kg</i>
- Beurre doux <i>brut</i>	0.063 <i>kg</i>
- Sucre de canne blond <i>déshydraté</i>	0.040 <i>kg</i>
- Sucre glace <i>déshydraté</i>	0.010 <i>kg</i>
- Arome vanille en poudre <i>déshydraté</i>	0.005 <i>kg</i>
- Sucre semoule <i>déshydraté</i>	0.004 <i>kg</i>
- Sel blanc fin <i>déshydraté</i>	0.002 <i>kg</i>

Progression de la recette

PÂTE A CHOUX :

- Chauffer ensemble l'eau, le beurre, le sel, le sucre semoule, ajouter la farine et dessécher la pâte;
- Ajouter au batteur feuille les œufs petit à petit;
- Coucher les choux 35grammes et cuire, refroidir et ôter le chapeau; CRÈME

CHANTILLY:

- Réaliser une crème chantilly avec la crème ,la vanille,le sucre blond ,réserver au froid;
- Garnir les choux à la poche et remettre la chapeau; saupoudrer de sucre glace.

Grammage portion (1 pers.) : 81 g

Coût portion (1 pers.) : 0.23 €

Valeurs nutritionnelles :

Protéines : 2.89 g

Lipides : 20.19 g (*dont ajoutés : 12.56 g*)

Glucides : 12.48 g (*dont sucres : 6.98 g*)

P / L : 0.14

Energie : 243.20 Kcal

1016.59 Kj

Calcium : 45.01 mg

Sel : 258.71 mg

Allergènes :

- Présence : *gluten, oeufs, lait.*
- Trace : *soja.*