



Une recette Le Chef C'est Vous ! Bon Appétit !

TEMPS DE PREPARATION: 20 mn

MERINGUE FRANÇAISE

INGREDIENTS:

5 Blancs d'œufs
300 g de sucre semoule

METHODE :

La meringue Française n'est autre que celle que l'on retrouve dans nos pâtisseries, torsadée, parfumée, colorée ou bien encore accompagnée d'amandes effilées.

Il existe trois sortes de meringue, Française, Suisse et Italienne, dont chacune à sa propre méthode de fabrication et ses caractéristiques.

L'intérêt de la meringue Française, vient de sa consistance friable et fondante en bouche.

Pour la réaliser, commencez par clarifier les œufs afin de récupérer les blancs. Gardez les jaunes à part pour une recette de crème par exemple. Il est très important de ne pas avoir la présence de jaune dans les blancs, car cela empêcherait qu'ils « montent » correctement.

A l'aide d'un batteur électrique, faites monter les blancs en neige tout en ayant le sucre à porté de main.

Ajoutez un petit peu de sucre semoule dès le départ, puis poursuivez de battre jusqu'à ce que les blancs soient aux trois quarts montés.

Ensuite, ajoutez le sucre graduellement en cinq ou six fois. Les blancs vont prendre une consistance de plus en plus ferme et brillante. Lorsque tout le sucre est ajouté et que les blancs sont complètement montés, vous devez pouvoir retourner votre récipient sans que la meringue s'en détache.

Préchauffez votre four à 90 °C (Thermostat 3).

Pour donner forme à vos meringues, soit vous les dressez sur une feuille de papier sulfurisé avec une poche munie d'une douille cannelée assez grosse, soit tout simplement à l'aide d'une cuillère à soupe. Saupoudrez de sucre glace (facultatif), cela renforce l'aspect brillant final, puis enfournez dans votre four et laissez cuire pendant trois heures environ.

Les meringues se conservent assez longtemps à l'abri de l'humidité, alors dégustez et régalez-vous !