



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

---

**TEMPS DE PREPARATION: 30mn**

### **RELIGIEUSE**

#### **INGREDIENTS:**

Pâte à choux

Crème Pâtissière

Chocolat Noir ou Nescafé

Fondant ou sucre (caramel)

#### **METHODE :**

Les religieuses au chocolat ou au café, sont comme les éclairs, un véritable régal pour beaucoup d'entre nous !

Lorsque votre pâte à choux est prête, dressez des religieuses sur une plaque à pâtisserie graissée, à l'aide d'une poche munie d'une douille de gros calibre.

Faites des ronds de 5 cm de diamètre et des plus petits pour la tête de 2 cm de diamètre.

Préchauffez votre four à 210°C pendant 10 mn.

Dorez et rayez chaque chou à l'aide d'une fourchette (cela permet d'obtenir au final une pâte à choux assez lisse).

Enfournez dans le four chaud, et laissez cuire pendant 25 minutes environ. Après une dizaine de minute, entrouvrir légèrement la porte du four pour évacuer la buée avec une cuillère en bois, et poursuivez la cuisson (voir la rubrique « Conseils » puis « Cuisson »).

Lorsque les religieuses sont cuites et refroidies, percez quatre un trou en-dessous et centré de chaque chou, à l'aide d'un capuchon de stylo.

Puis garnissez les religieuses et les têtes par ces trous, de crème pâtissière chocolat ou café, 10 g de chocolat fondu ou 5 g de nescafé soluble, pour 100 g de crème pâtissière. Bien-sûr il ne faut pas hésiter à ajuster les quantités d'arômes en fonction des goûts de chacun.

Utilisez une poche munie d'une petite douille unie pour garnir les éclairs.

La finition se fait principalement avec du fondant, mais il n'est pas toujours facile de s'en procurer.

Pour le fondant, faites le chauffer à 37°C (à peine chaud au doigt), qui correspond à la température lui procurant son brillant, en le remuant constamment avec une cuillère en bois. Colorez-le avec du chocolat fondu ou du nescafé, puis trempez chaque chou (le dessus) dans le fondant, et étalez-le avec le bout du doigt.

Posez un petit chou sur le dessus de chaque gros chou et laissez durcir quelques minutes avant de pouvoir faire une décoration à la jonction des deux choux, avec le reste de crème pâtissière ayant servie de garniture, ou bien avec de la crème au beurre.

Autre possibilité de finition, c'est de tremper chacune des religieuses dans du caramel fait avec 300 g de sucre semoule et 50 g d'eau, plutôt que d'utiliser du fondant. Pour le reste, même principe.

Maintenant, faites comprendre à vos amis qu'en ce jour, Le Chef C'est Vous !