



..... LES DÉLICES DE SOLAR .....

# Merveilleuses Meringues

.....  
VÉRONIQUE CAUVIN



L'INVITÉ PRESTIGE

LA RECETTE DE  
**ROSE BAKERY**

**SOLAR**  
EDITIONS



..... LES DELICES DE SOLAR .....

# Merveilleuses Meringues

VÉRONIQUE CAUVIN

.....  
PHOTOGRAPHIES MARIE-JOSÉ JARRY • STYLISME MOTOKO OKUNO

SOLAR  
EDITIONS 

Pour plus de livres rejoignez nous sur  
[Heights-book.blogspot.com](http://Heights-book.blogspot.com)

# LES USTENSILES DE BASE

1. Une plaque à pâtisserie.
2. Un grand saladier ou un cul-de-poule en Inox<sup>®</sup>.
3. Une cuillère.
4. Une poche à douille.
5. Une douille cannelée.
6. Un fouet électrique.
7. Du papier sulfurisé.



# CONSEILS POUR RÉUSSIR VOS MERINGUES

- Les quantités

Utilisez des blancs d'œufs à température ambiante de préférence. Respectez le poids du blanc d'œuf indiqué pour chaque recette car, selon la catégorie d'œufs, la quantité de blanc varie.

À titre indicatif :

1 gros œuf = 50 g de blanc

1 œuf moyen = 30 g de blanc

Pour réaliser la meringue française, la quantité de sucre en poudre et de sucre glace est égale au poids des blancs. Par exemple : 50 g de blanc = 50 g de sucre en poudre et 50 g de sucre glace.

- La meringue française

C'est la plus facile à réaliser. Elle est friable et sert à la préparation de vacherins, pavlovas, coques... Elle se déguste aussi nature. Pochée dans de l'eau ou du lait, ou bien cuite au four, cette meringue sert également de base aux îles flottantes. Conservez les meringues dans une boîte en métal à l'abri de l'humidité. La température du four ne doit pas être supérieure à 100-110 °C (th. 1-2) sous peine de voir colorer les meringues. Par ailleurs, lorsque vous faites une meringue, n'arrêtez jamais le batteur tant que les œufs n'ont pas monté.

- La meringue italienne

Plus difficile à réaliser, elle nécessite l'emploi d'une sonde ou d'un thermomètre à sucre. Elle est souvent utilisée pour la préparation des macarons, de la crème au beurre ou des omelettes norvégiennes, car elle supporte particulièrement l'usage du chalumeau ou le gril du four.

- La meringue suisse

Elle n'est pas très compliquée à préparer et s'utilise aussi bien crue que cuite. Crue, elle sert à décorer des gâteaux ; cuite, elle permet de réaliser des décors. Cette meringue est plus dure et plus craquante que la meringue française.

Petites astuces

- En l'absence de vinaigre blanc, utilisez du jus de citron.
- Pour faire tenir le papier sulfurisé sur la plaque de cuisson, déposez un peu de meringue aux quatre coins, sous la feuille.
- Si vous trouvez votre meringue trop dure, mettez-la quelques minutes au réfrigérateur :

comme elle n'aime pas l'humidité, elle deviendra plus friable.

– Faites cuire la meringue plutôt plus longtemps que pas assez. Lorsqu'elle se décolle facilement du papier cuisson, elle est cuite.

# LA RECETTE DE BASE, PAS À PAS :



# LA MERINGUE FRANÇAISE



Facile



Faible



Fête

POUR 30 PETITES MERINGUES / PRÉPARATION : 15 MIN  
/ CUISSON : 1 H 30 (OU PLUS SELON LA TAILLE DES  
MERINGUES) / CONSERVATION : 1 SEMAINE DANS UNE BOÎTE  
EN FER

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 100 g

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 100 g - Sucre glace : 100 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS



Préchauffez le four à chaleur tournante à 110 °C (th. 3-4) (ajustez la température en fonction de votre four). Recouvrez de papier sulfurisé une plaque à pâtisserie et préparez une poche à douille munie d'une douille unie ou cannelée. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ



Dans un grand saladier ou le bol d'un robot, fouettez les blancs d'œufs. Lorsque les blancs sont mousseux, ajoutez le sucre en poudre cuillerée par cuillerée. Terminez à vitesse rapide pour « serrer » les blancs : ils doivent être bien fermes, blancs, brillants, lisses, denses et former des piques lorsque vous soulevez les fouets. Incorporez le sucre glace délicatement avec une spatule en travaillant les blancs le moins possible.

### 3

#### DRESSEZ



Remplissez la poche à douille et formez des boules de 5 cm de diamètre en prenant soin de bien les espacer.

### 4

#### FAITES CUIRE



Baissez la température du four à 90 °C (th. 3) et enfournez pour 1 h 30 (voire plus selon la taille des meringues). Les meringues ne doivent pas colorer. Elles sont cuites lorsqu'elles se décollent facilement du papier et sont bien sèches à l'intérieur. Éteignez le four,



entrouvrez la porte et laissez reposer jusqu'à complet refroidissement. Les meringues vont alors durcir. Conservez-les dans une boîte en fer à l'abri de l'humidité et dégustez à l'envi !

## SO CHIC !

Saupoudrez de sucre glace pour obtenir de jolies meringues perlées.

# LES GRANDS CLASSIQUES

# LA MERINGUE ITALIENNE



Difficile



Faible



Fête

POUR 180 G DE MERINGUE / PRÉPARATION : 30 MIN / CUISSON : 15 MIN

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 50 g

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 95 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un saladier, montez les blancs d'œufs en neige très ferme avec 20 g de sucre en poudre.

3

## FAITES CUIRE

Réalisez un sirop : faites chauffer dans une casserole 5 cl d'eau et le reste de sucre. Laissez cuire jusqu'à atteindre une température de 118 °C (vérifiez à l'aide d'un thermomètre à sucre ou une sonde). Une fois la température atteinte, versez le sucre cuit sur les blancs montés en neige en battant le mélange à vitesse réduite (afin d'éviter tout risque de brûlure, versez le sucre cuit en filet sur le bord du saladier). Battez la meringue jusqu'à ce qu'elle soit complètement froide. La meringue doit être ferme, lisse et brillante.

## CONSEIL TECHNIQUE

Utilisez un robot électrique pour monter les blancs d'œufs

en toute tranquillité, afin de pouvoir surveiller la température de cuisson du sirop. À défaut de robot, placez-vous à côté de la plaque de cuisson le temps de monter les blancs.



# LA MERINGUE SUISSE



Moyenne



Faible



Fête



Enfant

POUR 20 MERINGUES ENVIRON / PRÉPARATION : 25 MIN  
/ CUISSON : 1 H 30 / CONSERVATION : 1 SEMAINE DANS UNE  
BOÎTE HERMÉTIQUE

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 120 g

**ÉPICERIE** : Sucre glace : 245 g - Cacao en poudre (type Van Houten®) :  
2 à 3 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 100-110 °C (th. 3-4) (ajustez la température en fonction de votre four). Préparez un bain-marie dans une grande casserole. Recouvrez de papier sulfurisé une plaque à pâtisserie et préparez une poche à douille munie d'une douille unie ou cannelée. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Versez les blancs d'œufs dans un saladier (de préférence en Inox®), puis montez-les au bain-marie. Lorsqu'ils sont mousseux, ajoutez le sucre glace et fouettez sans interruption jusqu'à ce que la température atteigne 50 °C (vérifiez à l'aide d'un thermomètre à sucre ou une sonde). Les blancs vont blanchir et doubler de volume. Retirez le saladier du bain-marie et continuez de fouetter jusqu'à complet refroidissement. La meringue doit être très brillante, blanche et ferme.

3

## DRESSEZ

Versez la préparation dans la poche à douille. La meringue suisse permet de varier les dressages. Pour réaliser des doigts de fée, dressez des bâtonnets de 6 cm de long sur 1 cm d'épaisseur avec une douille de 3 mm. Pour les champignons, façonnez 10 boules pointues de 3 cm (base du pied) et 10 boules plates (chapeaux) que vous saupoudrerez de cacao avec une passoire à thé. Pour former des meringues comme chez les pâtissiers, remplissez une poche munie d'une douille cannelée et dressez-les sur la plaque en faisant des cercles rapprochés.

## 4

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 20 minutes, puis ouvrez la porte du four et déposez rapidement et délicatement les chapeaux sur les pieds. Poursuivez la cuisson pendant 1 heure. Éteignez le four et laissez la porte entrouverte jusqu'à complet refroidissement. Les meringues vont durcir peu à peu.

## **ASTUCE PRATIQUE**

Pour refroidir les blancs d'œufs plus rapidement, vous pouvez terminer de les monter en les transférant dans le bol d'un robot électrique.





# ROSE BLANCHE MERINGUÉE À L'ASSIETTE



Facile



Faible



Fête

POUR 10 ROSES MERINGUÉES / PRÉPARATION : 15 MIN  
/ CUISSON : 1 H 30 (OU PLUS SELON LA TAILLE DES MERINGUES)

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 50 g - Crème fleurette : 20 cl

**PRIMEUR** : Fraises : 250 g - Menthe : 10 petites feuilles

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 50 g - Sucre glace : 65 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à chaleur tournante à 110 °C (th. 3-4) (ajustez la température en fonction de votre four). Recouvrez de papier sulfurisé une plaque à pâtisserie et préparez une poche à douille munie d'une douille cannelée de 13 mm. Lavez et détaillez une petite dizaine de fraises en lamelles, puis réservez-les. Rincez et ciselez la menthe. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un grand saladier ou le bol d'un robot, fouettez les blancs d'œufs. Lorsque les blancs sont mousseux, ajoutez le sucre en poudre cuillerée par cuillerée. Terminez à vitesse rapide pour « serrer » les blancs : ils doivent être bien fermes, blancs, brillants, lisses, denses et former des piques lorsque vous soulevez les fouets. Incorporez 50 g de sucre glace délicatement avec une spatule. Remplissez la poche à douille, puis formez des roses de 10 à 12 cm de diamètre, en prenant soin de bien les espacer.

## 3

### FAITES CUIRE

Baissez la température du four à 90 °C (th. 3). Enfournez pour 1 h 30 (voire plus selon la taille des meringues). Les meringues ne doivent pas colorer. Elles sont cuites lorsqu'elles se décollient facilement du papier et sont bien sèches à l'intérieur. Éteignez le four et laissez la porte entrouverte jusqu'à complet refroidissement. Les meringues vont alors durcir.

## 4

### DRESSEZ

Montez la crème en chantilly avec le reste de sucre glace. Décorez les roses avec les lamelles de fraise et la menthe ciselée. Mixez le reste des fraises avec 10 cl d'eau. Servez les meringues accompagnées du coulis de fraises.

### **LE PETIT PLUS PRATIQUE**

Préparez les meringues quelques jours à l'avance et conservez-les dans une boîte hermétique.





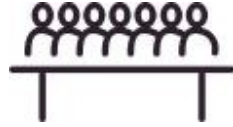
# PAVLOVA AUX FRUITS NOIRS



Facile



Moyen



Grande tablée

POUR 10 PERSONNES / PRÉPARATION : 30 MIN / CUISSON :  
1 H 35 / CONSERVATION : 24 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 4 (150 g) – Crème fleurette : 20 cl –  
Beurre : 20 g

**PRIMEUR** : Myrtilles : 125 g – Cassis : 125 g – Mûres : 125 g –  
Menthe : 10 feuilles

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 230 g – Sucre glace : 10 g – Maïzena® :  
1 c. à c. – Vinaigre blanc : 1 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Recouvrez une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé. Pesez les ingrédients. Rincez les fruits noirs et la menthe.

2

## ASSEMBLEZ

Montez les blancs d'œufs en neige dans un saladier ou le bol d'un robot. Incorporez 220 g de sucre en poudre cuillerée par cuillerée, puis ajoutez la Maïzena® et le vinaigre blanc. Augmentez la vitesse et battez jusqu'à obtenir une meringue bien lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Versez la meringue sur la plaque à pâtisserie. Avec une spatule, étalez-la sur 20 cm environ et 3 cm d'épaisseur. Baissez la température du four à 120 °C (th. 4) et enfournez

pour 1 h 30. Éteignez le four et laissez reposer la meringue jusqu'à complet refroidissement en gardant la porte du four fermée.

## 4

### DRESSEZ

Selon leur taille, coupez les cassis et myrtilles en deux. Faites revenir les fruits 2 minutes à feu vif dans une casserole avec le beurre et le reste de sucre en poudre. Montez la crème fleurette en chantilly avec le sucre glace, puis réservez au réfrigérateur. Juste avant de servir, recouvrez la meringue de chantilly, déposez harmonieusement les fruits noirs et versez le jus. Décorez avec des feuilles de menthe et dégustez.

### POUR TOUS LES GOÛTS

La meringue étant déjà très sucrée, l'ajout de sucre glace dans la crème fouettée et les fruits est laissé à l'appréciation de chacun et est facultatif.





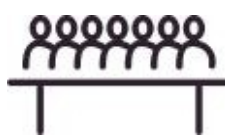
# BISCUITS NOISETTE ET CHOCOLAT



Facile



Faible



Grande tablée



Enfant

POUR 30 BISCUITS DE 10 CM / PRÉPARATION : 10 MIN  
/ CUISSON : 20 À 25 MIN / CONSERVATION : 3 JOURS DANS UNE  
BOÎTE EN FER

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 3 (140 g)

**ÉPICERIE** : Chocolat au lait : 75 g - Chocolat noir : 75 g - Poudre  
d'amande : 125 g - Poudre de noisette : 125 g - Sucre en poudre : 270 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Recouvrez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.  
Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un saladier, réunissez le sucre, les poudres d'amande et de noisette, et les blancs d'œufs. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène. Versez cette préparation dans une poche à douille et formez des bâtons de 10 cm de long sur la plaque à pâtisserie, en veillant à les espacer.

3

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 15 à 20 minutes. À la sortie du four, décollez les meringues délicatement en glissant une spatule sous les gâteaux et laissez refroidir.

# 4

## DRESSEZ

Lorsque les gâteaux sont froids, faites fondre chaque chocolat dans un petit pot au bain-marie. Mélangez pour obtenir des chocolats lisses et brillants. Trempez l'extrémité d'une meringue dans le chocolat noir, puis l'autre dans le chocolat au lait, posez ensuite les bâtons sur une feuille de papier sulfurisé et attendez que le chocolat se fige avant de déguster.

## LE CONSEIL DU CHEF

Les bâtons de meringue s'élargissent à la cuisson. L'ouverture de votre poche à douille ne doit donc pas excéder 0,5 cm. Vous pouvez également utiliser une douille unie n° 6.





# GROSSES MERINGUES AUX PRALINES ROSES



Moyenne



Faible



Enfant

POUR 4 MERINGUES / PRÉPARATION : 25 MIN / CUISSON : 1 H À  
1 H 30 / CONSERVATION : 1 SEMAINE DANS UNE BOÎTE  
HERMÉTIQUE

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 120 g

**ÉPICERIE** : Pralines roses : 50 g - Sucre glace : 245 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 100-110 °C (th. 3-4) (ajustez la température en fonction de votre four). Préparez une grande casserole avec de l'eau chaude pour le bain-marie. Recouvrez de papier sulfurisé une plaque à pâtisserie. Pesez les ingrédients. Broyez grossièrement les pralines roses.

2

## ASSEMBLEZ

Préparez la meringue suisse : versez les blancs d'œufs dans un saladier (de préférence en Inox<sup>®</sup>), puis montez-les au bain-marie. Lorsqu'ils sont mousseux, ajoutez le sucre glace et fouettez sans interruption jusqu'à ce que la température atteigne 50 °C (vérifiez à l'aide d'un thermomètre à sucre ou une sonde). Les blancs vont blanchir et doubler de volume. Retirez le saladier du bain-marie et continuez de fouetter jusqu'à complet refroidissement. La meringue doit être très brillante, blanche et ferme.

### FAITES CUIRE

Avec une très grande cuillère ou une corne à pâtisserie, déposez de grosses boules de meringue sur la plaque en les espaçant, saupoudrez-les de pralines concassées, puis enfournez pour 1 heure à 1 h 30 selon la taille des meringues. Éteignez le four et laissez la porte entrouverte jusqu'à complet refroidissement. Les meringues vont alors durcir. Conservez les meringues dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité et dégustez à l'envi !

### UNE MERINGUE, PLUSIEURS POSSIBILITÉS

Cette recette peut être réalisée avec la [meringue française](#). Les meringues seront moins blanches et plus friables.





# MACARONS AU CARAMEL AU BEURRE SALÉ



Moyenne



Faible



Fête

POUR 15 MACARONS / PRÉPARATION : 1 H / CUISSON : 13 MIN  
/ CONSERVATION : PLUSIEURS JOURS AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 80 g (à température ambiante)

**ÉPICERIE** : Poudre d'amande : 100 g - Sucre glace : 100 g - Sucre en poudre : 100 g - Vanille : 1 gousse - Crème de caramel au beurre salé : 1 pot - Colorant brun : 8 gouttes (facultatif)

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Pesez tous les ingrédients. Tamisez la poudre d'amande et le sucre glace. Recouvrez une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé. Versez le caramel au beurre salé dans une poche à douille munie d'une douille unie, conservez au réfrigérateur. Mélangez la poudre d'amande, les graines de la gousse de vanille, le sucre glace et 40 g de blancs d'œufs jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse. Montez le reste des blancs en neige très ferme.

2

## FAITES CUIRE

Faites chauffer le sucre en poudre dans une casserole avec 10 cl d'eau et laissez le sirop prendre jusqu'à atteindre une température de 118 °C.

3

## ASSEMBLEZ

Versez le sucre cuit sur les blancs montés en neige en battant le mélange à vitesse réduite. Fouettez la meringue jusqu'à ce qu'elle soit complètement froide, ajoutez le colorant brun et incorporez-la progressivement à la préparation à base de pâte d'amande. La pâte doit être lisse, brillante et former un ruban. Versez-la dans une poche à douille munie d'une douille unie et dressez des coques de macarons de 6 cm de diamètre environ. Superposez une autre plaque à pâtisserie sous celle des macarons, puis enfournez 13 minutes. Sortez les macarons et laissez refroidir sur la plaque.

## 4

### DRESSEZ

Décollez délicatement les coques à l'aide d'une spatule, puis réunissez-les deux par deux, en les regroupant par taille. Garnissez chaque macaron d'une couche de caramel au beurre salé, refermez les coques. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. Conservez au réfrigérateur dans une boîte hermétique pendant 24 heures. Sortez les macarons 10 minutes avant la dégustation.

### L'INFO PRATIQUE

Tapotez légèrement votre plaque sur le plan de travail pour faire remonter les bulles d'air des macarons.





# ÎLES FLOTTANTES AU PRALIN



Moyenne



Faible



Fête

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 30 MIN  
/ RÉFRIGÉRATION : 2 H / CONSERVATION : 24 H AU  
RÉFRIGÉRATEUR

6 moules à tartelettes de 10 cm de Ø

**CRÈMERIE** : Jaunes d'œufs : 5 - Blancs d'œufs : 300 g - Lait entier :  
50 cl

**ÉPICERIE** : Pralin Vahiné® : 100 g - Sucre en poudre : 390 g -  
Vanille : 1 gousse

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Pesez les ingrédients. Grattez les graines de la gousse de vanille fendue en deux dans la longueur et réservez.

2

## ASSEMBLEZ

Dans une casserole, faites chauffer le lait avec la gousse et les graines de vanille. Fouettez les jaunes d'œufs avec 80 g de sucre. Retirez la gousse de vanille, versez un peu de lait chaud sur les jaunes, mélangez, puis reversez dans la casserole et laissez cuire en remuant constamment. La crème anglaise est prête lorsqu'elle nappe la cuillère. Versez dans un saladier, couvrez la crème au contact avec un film alimentaire et conservez au réfrigérateur pendant 2 heures. Préparez un caramel en faisant chauffer 100 g de sucre et 10 ml d'eau. Lorsque le caramel a une jolie couleur ambrée, ajoutez 20 ml d'eau pour le décuire, mélangez et réchauffez à feu très doux. Versez un peu de caramel dans le fond des moules à tartelettes. Conservez le reste pour la meringue. Battez les blancs en neige, ajoutez le reste de sucre au fur et à mesure, puis le caramel restant. Battez et incorporez enfin la moitié du pralin. Garnissez les moules de cette préparation en terminant par un cône généreux de 15 cm de hauteur.

## 3

### FAITES CUIRE

Tapissez la lèchefrite d'une feuille de papier cuisson et posez les moules. Faites chauffer de l'eau, puis versez-la dans le fond de la lèchefrite. Enfournez pour 20 minutes, puis laissez refroidir hors du four.

## 4

### DRESSEZ

Au moment de servir, faites le tour des moules avec une grosse cuillère et déposez le dôme de meringue dans une assiette à soupe. Versez le caramel liquide restant sur le dôme de blanc en neige, puis entourez généreusement l'île de crème anglaise. Parsemez de pralin et dégustez.

### **L'ASTUCE TECHNIQUE**

La crème anglaise ne doit jamais bouillir sous peine de voir les œufs coaguler. Si vous avez un thermomètre, arrêtez la cuisson à 72 °C.





# VACHERIN



Difficile



Moyen



Fête

POUR 8 À 10 PERSONNES / PRÉPARATION : 1 H 30 / CUISSON : 2 H / CONGÉLATION : 5 H 30 / CONSERVATION : PLUSIEURS JOURS AU CONGÉLATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 200 g - Crème fluide au mascarpone Elle & Vire® : 45 cl

**PRIMEUR** : Fraises : 150 g - Framboises : 150 g - Menthe : 4 ou 5 feuilles

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 110 g - Sucre glace : 110 g + 35 g

**PRODUITS SURGELÉS** : Glace à la vanille : 750 g - Glace à la framboise (ou fraise) : 750 g

**MATÉRIEL** : Moule à fond amovible (type moule à cheesecake) de 19 cm de Ø et 8 cm de haut

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à chaleur tournante à 110 °C (th. 3-4). Pesez les ingrédients. Rincez les fruits et la menthe. Sur une grande feuille de papier sulfurisé, dessinez dans un angle de la feuille un cercle à la dimension du moule. À côté du cercle, sur toute la longueur de la feuille, tracez deux lignes parallèles distantes de 8 cm. Retournez la feuille sur une plaque à pâtisserie.

2

## ASSEMBLEZ

Réalisez la meringue en suivant les indications de la [recette de base](#). Garnissez-en une poche munie d'une douille unie n° 8. Remplissez le cercle de meringue en partant du centre pour former un escargot. La taille du cercle doit être très légèrement inférieure au

diamètre du moule. Entre les deux lignes parallèles, dressez une vingtaine de coques de 4 cm de large et de 8 cm de long, en les espaçant.

## 3

### FAITES CUIRE

Enfournez pour 2 heures. Éteignez le four et laissez reposer jusqu'à complet refroidissement en gardant la porte du four entrouverte.

## 4

### DRESSEZ

Déposez le fond de meringue dans le moule à charnière. Sortez la glace à la framboise 15 minutes avant son utilisation pour qu'elle soit bien souple. Travaillez-la rapidement à la fourchette, puis versez-la sur le fond de meringue. Lissez avec le dos d'une grande cuillère et placez le vacherin au congélateur pour 30 minutes. Répétez l'opération avec la glace à la vanille et replacez au congélateur pour 1 heure. Montez la crème fleurette en chantilly avec le reste de sucre glace, puis remplissez une poche munie d'une douille cannelée. Enlevez la partie amovible du moule, entourez la glace d'une ligne continue de chantilly. Posez les coques tout autour en les espaçant de 1 cm. Comblez de chantilly les espaces entre les coques, puis décorez le dessus du vacherin. Placez-le de nouveau au congélateur pour 1 heure, puis emballez-le de film alimentaire et recongelez-le au minimum 3 heures. Sortez le vacherin 10 minutes avant sa dégustation. Décorez-le avec les fraises et les framboises fraîches, puis parsemez-le de feuilles de menthe.





# ROCHERS AMANDE-COCO



Facile



Faible



Enfant

POUR 20 PETITS ROCHERS / PRÉPARATION : 10 MIN / CUISSON : 15 À 20 MIN / CONSERVATION : 1 SEMAINE DANS UNE BOÎTE HERMÉTIQUE

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 2 (100 g)

**ÉPICERIE** : Ti'Coco Vahiné® : 125 g – Poudre d'amande : 2 c. à s. –

Sucre en poudre : 70 g – Maïzena® : 1 c. à c. – Vinaigre blanc : 1 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Recouvrez une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé. Pesez les ingrédients. Mélangez le sucre et la Maïzena® dans un saladier.

2

## ASSEMBLEZ

Battez les blancs d'œufs en neige jusqu'à ce qu'ils soient légèrement mousseux. Ajoutez le mélange sucre-Maïzena® cuillerée par cuillerée, puis le vinaigre blanc. Augmentez la vitesse du batteur pour « serrer » la meringue. Incorporez avec une spatule la poudre d'amande et la noix de coco.

3

## FAITES CUIRE

À l'aide de deux grandes cuillères, formez des boules de la taille d'une petite boule de glace et déposez-les sur le papier sulfurisé. Enfournez pour 15 à 20 minutes. À la sortie du four, laissez refroidir sur la grille.

4

### DRESSEZ

Disposez les rochers sur une petite assiette et dégustez !

### ROCHERS CHOCO-COCO

Faites fondre 100 g de chocolat noir et recouvrez-en chaque rocher. Succès assuré !





# LES MERINGUES FESTIVES

# PIÈCE MONTÉE AUX FRAMBOISES



Moyenne



Moyen



Fête

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 35 MIN / CUISSON : 2 H  
/ CONSERVATION : 2 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 4 (150 g) – Crème fluide au mascarpone  
Elle & Vire® : 45 cl

**PRIMEUR** : Framboises : 700 g

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 250 g – Sucre glace : 35 g – Maïzena® :  
2 c. à c. – Vinaigre blanc : 2 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 140 °C (th. 4-5). Pesez les ingrédients. Rincez les framboises. Sur une feuille de papier sulfurisé, dessinez trois cercles de 16, 14 et 12 cm. Retournez la feuille sur la plaque à pâtisserie.

2

## ASSEMBLEZ

Montez les blancs d'œufs en neige dans un saladier. Incorporez le sucre en poudre cuillerée par cuillerée, puis ajoutez la Maïzena® et le vinaigre blanc. Augmentez la vitesse et battez jusqu'à obtenir une meringue bien lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Remplissez de meringue l'intérieur des cercles sur 3 cm de hauteur et lissez la surface avec une cuillère. Baissez la température du four à 130 °C (th. 4-5) et enfournez pour

2 heures. Éteignez le four et laissez reposer les meringues jusqu'à complet refroidissement en gardant la porte du four fermée.

## 4

### DRESSEZ

Montez le dessert au maximum 2 heures avant de servir. Coupez les framboises en deux si elles sont grosses, puis écrasez-les à la fourchette. Montez la crème fleurette en chantilly avec le sucre glace et garnissez-en une poche munie d'une douille cannelée n° 10. Dans un grand plat, déposez un fond de chantilly pour « coller » la pièce montée à l'assiette. Posez le plus grand disque de meringue, puis garnissez de crème et de framboises écrasées (la surface centrale à recouvrir de crème ne doit pas être supérieure au deuxième disque posé). Recommencez la même opération avec les deux disques suivants. Décorez les extérieurs de chaque étage d'une couronne de chantilly, puis disposez les framboises les unes à côté des autres. Terminez la pièce montée par un dôme de chantilly et une framboise. S'il vous reste des framboises, mixez-les avec 10 cl d'eau et réservez ce coulis au réfrigérateur. Conservez la pièce montée dans un endroit frais jusqu'à la dégustation et accompagnez du coulis.





# MACARONS GLACÉS



Difficile



Moyen



Fête

POUR 15 MACARONS / PRÉPARATION : 1 H / CUISSON : 20 MIN  
/ CONSERVATION : PLUSIEURS JOURS AU CONGÉLATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs (à température ambiante) : 80 g

**ÉPICERIE** : Poudre d'amande : 100 g - Sucre en poudre : 100 g - Sucre  
glace : 100 g - Vanille : 1 gousse

**PRODUITS SURGELÉS** : Sorbet de votre choix : ½ l

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Recouvrez une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé. Pesez les ingrédients. Tamisez la poudre d'amande et le sucre glace. Grattez les graines de la gousse de vanille fendue en deux dans la longueur et réservez.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un saladier, mélangez la poudre d'amande, les graines de vanille, le sucre glace et 40 g de blancs d'œufs jusqu'à obtenir une pâte épaisse. Montez le reste des blancs en neige très ferme.

3

## FAITES CUIRE

Préparez la meringue italienne : faites chauffer le sucre en poudre dans une casserole avec 10 cl d'eau jusqu'à atteindre une température de 118 °C. Versez le sucre cuit sur les blancs montés en neige en battant le mélange à vitesse réduite (versez le sucre cuit en filet sur le



bord du saladier). Battez la meringue jusqu'à ce qu'elle soit froide, puis incorporez-la progressivement à la préparation à base de pâte d'amande. La pâte doit être lisse, brillante et former un ruban. Versez-la dans une poche munie d'une douille unie et dressez des coques de macaron de 6 cm de diamètre sur la plaque. Superposez une autre plaque sous celle des macarons, puis enfournez pour 13 minutes. Sortez les macarons du four et laissez-les refroidir.

## 4

### DRESSEZ

Décollez délicatement les coques à l'aide d'une spatule, puis réunissez-les deux par deux. Avec une cuillère à soupe, réalisez des quenelles de sorbet (la glace doit être souple). Déposez une quenelle entre deux coques de macaron et appuyez légèrement. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients. La glace fondant rapidement, n'hésitez pas à travailler en plusieurs fois et à les placer au fur et à mesure au congélateur. Sortez les macarons 5 minutes avant la dégustation.



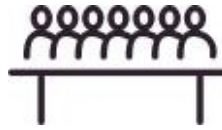
# PAVLOVA WAOUUH !



Moyenne



Moyen



Grande tablée

POUR 15 À 18 PERSONNES / PRÉPARATION : 45 MIN / CUISSON :  
1 H 35 / CONSERVATION : 24 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 7 (300 g) – Crème fleurette : 25 cl –  
Beurre : 20 g – Mascarpone : 250 g

**PRIMEUR** : Abricots du Roussillon : 600 g – Nectarines : 3 – Menthe :  
10 feuilles

**ÉPICERIE** : Amandes effilées : 40 g – Sucre en poudre : 320 g –  
Maïzena® : 2 c. à c. – Vanille : 1 gousse – Vinaigre blanc : 2 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Pesez les ingrédients. Rincez et dénoyautez les abricots. Lavez et séchez les nectarines. Réservez 1 nectarine et 4 abricots pour le dressage. Coupez le reste des fruits en quartiers et réservez. Rincez la menthe. Grattez les graines de la gousse de vanille fendue en deux et réservez. Sur une feuille de papier sulfurisé, dessinez au feutre trois disques de 17 cm environ. Posez le papier sulfurisé à l'envers sur la plaque à pâtisserie.

2

## ASSEMBLEZ

Montez les blancs d'œufs en neige dans un saladier. Incorporez 300 g de sucre cuillerée par cuillerée, puis ajoutez la Maïzena® et le vinaigre blanc. Augmentez la vitesse et battez jusqu'à obtenir une meringue bien lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Étalez la meringue à l'intérieur des disques sur 4 cm d'épaisseur. Répartissez les trois quarts des amandes effilées sur les meringues, baissez la température du four à 130 °C (th. 4-5) et enfournez pour 1 h 30. À la sortie du four, laissez les meringues reposer jusqu'à complet refroidissement. Pendant ce temps, faites fondre le beurre dans une poêle, puis versez les fruits. Ajoutez les graines de vanille et faites dorer à feu moyen pendant 2 à 5 minutes, en remuant. Fouettez la crème fleurette, le mascarpone et le reste de sucre jusqu'à l'obtention d'une crème épaisse. Réservez au réfrigérateur.

## 4

## DRESSEZ

Juste avant de servir, déposez 1 cuillerée à soupe de crème fouettée au milieu de votre plat. Posez la première plaque de meringue, recouvrez avec un tiers de crème fouettée et disposez harmonieusement un quart des fruits poêlés. Ciselez quelques feuilles de menthe, recouvrez de la deuxième plaque de meringue et répétez l'opération. Après la dernière plaque de meringue, versez les restes de crème et de fruits cuits. Ajoutez enfin les fruits réservés coupés en quartiers. Décorez de feuilles de menthe et saupoudrez le reste des amandes, puis dégustez aussitôt.





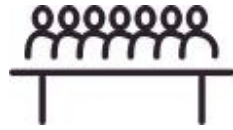
# GÂTEAU MERINGUÉ DE PÂQUES



Facile



Moyen



Grande tablée

POUR 12 PERSONNES / PRÉPARATION : 1 H / CUISSON : 1 H 35  
/ RÉFRIGÉRATION : 2 À 3 H / CONSERVATION : 24 H AU  
RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 10 - Jaunes d'œufs : 4 - Beurre : 100 g

**ÉPICERIE** : Barres Kinder<sup>®</sup> : 100 g - Œufs Kinder<sup>®</sup> pour le décor : 12 -  
Chocolat noir : 100 g - Cacao en poudre (type Van Houten<sup>®</sup>) : 2 c. à c.  
- Sucre en poudre : 270 g - Maïzena<sup>®</sup> : 1 c. à c. - Vinaigre blanc : 1 c.  
à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Recouvrez une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un grand saladier, montez 4 blancs d'œufs en neige, puis incorporez 220 g de sucre cuillerée par cuillerée. Ajoutez la Maïzena<sup>®</sup>, le vinaigre blanc et le cacao en poudre, puis mélangez en augmentant la vitesse pour obtenir une meringue bien lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Versez la meringue sur la plaque à pâtisserie. Avec une spatule, étalez-la sur 20 cm environ et sur 3 cm d'épaisseur. Baissez la température du four à 120 °C (th. 4) et



enfournez pour 1 h 30. Éteignez le four et laissez reposer la meringue jusqu'à complet refroidissement en conservant la porte du four fermée.

## 4

### DRESSEZ

Réalisez la mousse au chocolat : cassez le chocolat noir et les barres de chocolat Kinder® dans une casserole, puis faites-les fondre à feu très doux avec le beurre coupé en morceaux. Mélangez jusqu'à obtenir la consistance d'une crème lisse et brillante, puis laissez refroidir 5 minutes. Hors du feu, ajoutez les jaunes d'œufs un par un et mélangez rapidement. Montez les 6 blancs d'œufs restants en neige avec un batteur. Lorsqu'ils sont bien fermes, ajoutez le reste de sucre et battez l'ensemble : les blancs se tiendront mieux et votre mousse sera plus ferme. Mélangez délicatement les blancs avec le chocolat. Mettez au réfrigérateur pour 2 à 3 heures. Juste avant de servir, recouvrez la meringue avec la moitié de la mousse au chocolat, déposez harmonieusement les œufs Kinder® et dégustez.

### ET AVEC LE RESTE DE MOUSSE ?

Préparez des petites verrines pour ceux qui n'aiment pas les gâteaux.



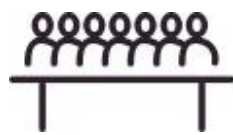
# PAVLOVA POIRES, CHOCOLAT ET CUSTARD



Facile



Moyen



Grande tablée

POUR 8 PERSONNES / PRÉPARATION : 1 H / CUISSON : 2 H 20  
/ RÉFRIGÉRATION : 2 H / CONSERVATION : 24 H AU  
RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Œufs : 6 - Lait : 10 cl - Crème fleurette : 50 cl

**PRIMEUR** : Poires : 4

**ÉPICERIE** : Chocolat noir en pastilles : 100 g - Cacao en poudre (type Van Houten®) : 1 c. à c. - Sucre en poudre : 460 g - Maïzena® : 2 c. à c. - Vanille : 2 gousses - Vinaigre blanc : 2 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Pesez les ingrédients. Sur une feuille de papier sulfurisé, dessinez au feutre un disque de 20 cm de diamètre. Déposez le papier sulfurisé à l'envers sur une plaque.

2

## ASSEMBLEZ

Séparez les blancs d'œufs des jaunes. Réservez les jaunes et montez les blancs en neige. Incorporez 270 g de sucre cuillerée par cuillerée, puis ajoutez la Maïzena® et le vinaigre blanc. Augmentez la vitesse et battez jusqu'à obtenir une meringue bien lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Étalez la meringue à l'intérieur du disque. Creusez le cœur de la meringue, conservez un fond et lissez les côtés pour donner la forme d'un nid, puis saupoudrez le cacao. Baissez la température du four à 130 °C (th. 4-5) et enfournez pour 2 heures. Éteignez le four et laissez reposer la meringue jusqu'à complet refroidissement en gardant la porte du four fermée. Pendant ce temps, épluchez les poires, coupez-les en 4 et épépinez-les. Amenez à ébullition 75 cl d'eau avec 120 g de sucre et 1 gousse de vanille fendue et grattée. Plongez-y les poires et faites-les cuire 10 minutes. Coupez le feu et laissez les poires jusqu'à ce que le sirop soit bien froid. Réservez. Préparez la sauce custard (sorte de crème anglaise plus épaisse) : portez à ébullition 40 cl de crème fleurette, le lait, 35 g de sucre, ainsi que la seconde gousse de vanille fendue et grattée. Fouettez le reste de sucre avec les jaunes. Ôtez la gousse de vanille et versez la crème sur les jaunes tout en fouettant. Reversez dans la casserole et faites cuire à feu moyen en remuant. Lorsque la crème a épaissi (ne dépassez pas la température de 75 °C), versez-la dans un saladier, couvrez de film alimentaire et conservez au frais pendant 2 heures.

## 4

## DRESSEZ

Juste avant de servir, faites fondre le chocolat avec le reste de crème fleurette. Déposez la meringue sur un plat, versez 3 ou 4 cuillerées à soupe de sauce custard au centre du puits, répartissez les quartiers de poires et versez la moitié du chocolat fondu. Dégustez aussitôt, accompagné des restes de la sauce custard et chocolat.







# MERVEILLEUX AUX SPÉCULOOS



Moyenne



Faible



Fête

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 45 MIN / CUISSON : 1 H 30  
/ CONSERVATION : 24 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 3 (120 g) – Crème fleurette : 25 cl –  
Mascarpone : 1 c. à s. (facultatif)

**ÉPICERIE** : Pâte de spéculoos : 140 g – Spéculoos concassés : 100 g –  
Sucre en poudre : 120 g – Sucre glace : 120 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 110 °C (th. 3-4). Pesez les ingrédients. Tracez trois cercles de 16 cm de diamètre sur une feuille de papier sulfurisé, puis retournez-la sur une plaque à pâtisserie.

2

## ASSEMBLEZ

Montez les blancs d'œufs en neige dans un saladier, en ajoutant le sucre en poudre cuillerée par cuillerée. La meringue doit être lisse et brillante. Incorporez le sucre glace en soulevant délicatement les blancs avec une spatule. Garnissez-en une poche à douille. Remplissez l'intérieur des trois cercles en partant du centre pour former un escargot.

3

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 30 minutes, puis baissez le thermostat du four à 95 °C (th. 3-4) et poursuivez la cuisson pendant 1 heure. Entrouvrez la porte du four et laissez reposer

jusqu'à complet refroidissement.

## 4

### DRESSEZ

Montez la crème fleurette en chantilly, puis ajoutez la pâte de spéculoos et éventuellement le mascarpone pour donner de la tenue à la crème. Prenez un disque de meringue, recouvrez-le de crème, puis réalisez la même opération avec les deux autres disques en les empilant. Recouvrez le dessus et les côtés de chantilly aux spéculoos, et saupoudrez toutes les faces du gâteau de spéculoos concassés.

### ENCORE PLUS GOURMAND...

Parfumez la chantilly avec 100 g de chocolat noir fondu et recouvrez de copeaux de chocolat noir.



# SUCETTES



Facile



Faible



Enfant

POUR 15 SUCETTES / PRÉPARATION : 10 MIN / CUISSON : 1 H 30  
/ CONSERVATION : PLUSIEURS JOURS DANS UNE BOÎTE  
HERMÉTIQUE

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 100 g

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 50 g – Sucre glace : 50 g – Vermicelles  
en sucre colorés, mini-décors en sucre, noix de coco râpée (au choix) : 2 c.  
à s.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 110 °C (th. 3-4). Recouvrez deux plaques de papier sulfurisé et préparez une poche à douille munie d'une douille unie n° 5. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Montez les blancs d'œufs en neige dans un saladier. Ajoutez le sucre en poudre cuillerée par cuillerée, puis incorporez à la spatule le sucre glace. Remplissez la poche à douille de meringue. Sur le papier sulfurisé, faites un cercle en forme d'escargot de 7 cm de diamètre, piquez un bâton à sucette (ou une pique à brochette) et répétez l'opération. Agrémentez vos sucettes avec les décorations de votre choix.

3

## FAITES CUIRE

Baissez le four à 90 °C (th. 3) et enfournez pour 1 h 30.

4

### DRESSEZ

Remplissez des verres de sucre en poudre ou de riz, puis piquez-y les bâtons de sucette et servez.

### UNE ENVIE DE CHOCOLAT ?

Faites fondre 100 g de chocolat dans un bol et trempez-y chaque sucette à mi-hauteur. Replacez les sucettes sur le papier sulfurisé en attendant que le chocolat durcisse.





# MERINGUE ROULÉE CHOCOLAT ET CRÈME DE MARRONS



Facile



Moyen



Grande  
tablee



Enfant

POUR 8 À 10 PERSONNES / PRÉPARATION : 25 MIN / CUISSON : 50 MIN / RÉFRIGÉRATION : 2 À 3 H / CONSERVATION : 48 H À L'ABRI DE L'HUMIDITÉ

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 4 (150 g) - Crème fleurette : 20 cl

**ÉPICERIE** : Chocolat noir : 105 g - Crème de marrons : 300 g -

Brisures de marrons : 50 g - Marrons glacés : 3 - Sucre en poudre : 220 g - Maïzena® : 1 c. à c. - Cacao en poudre (type Van Houten®) : 1 c. à c. - Vinaigre blanc : 1 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Tapissez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé. Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Battez les blancs d'œufs dans un saladier. Mélangez le sucre et la Maïzena®, puis incorporez ce mélange au fur et à mesure que les blancs deviennent fermes. Ajoutez le vinaigre et augmentez la vitesse pour bien « serrer » les blancs. Tapissez la plaque de meringue, lissez avec une spatule, puis saupoudrez de chocolat en poudre à l'aide d'une passoire à thé.

# 3

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 45 minutes. La meringue doit être légèrement craquante sur le dessous et moelleuse au centre. À la sortie du four, faites glisser le papier sulfurisé recouvert de meringue sur le plan de travail. Recouvrez la face saupoudrée de chocolat d'une nouvelle feuille de papier sulfurisé et posez la plaque de cuisson sur ce papier. Retournez très rapidement la meringue de sorte que la couche saupoudrée de chocolat soit placée en dessous, puis décollez le papier et laissez refroidir. Pendant ce temps, faites fondre 90 g de chocolat cassé en morceaux et 8 cl de crème fleurette dans une casserole à feu très doux. Incorporez la crème de marrons, puis laissez refroidir. Montez le reste de crème fleurette en chantilly et incorporez délicatement le mélange chocolat-marron.

# 4

## DRESSEZ

Recouvrez la meringue de la crème chocolat-marron et répartissez les brisures de marrons. Dans la longueur, roulez la meringue sur elle-même, en vous aidant du papier pour serrer. Conservez dans le papier au réfrigérateur pendant 2 à 3 heures. Enlevez le papier et placez la bûche sur un plat. Décorez avec les marrons glacés et le reste du chocolat en copeaux.



# LES DESSERTS MERINGUÉS



# PETITE TARTE MERINGUÉE CITRON-FRAMBOISE



Facile



Faible



Cuisine du monde

POUR 8 À 10 PERSONNES / PRÉPARATION : 25 MIN / CUISSON : 1 H 30 / CONSERVATION : 48 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Œufs : 3 – Pâte à tarte sablée : 1

**PRIMEUR** : Framboises : 10 – Citrons : 4 ou 5 (150 g de jus)

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 240 g – Maïzena® : 40 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Pesez les ingrédients. Rincez les framboises. Râpez les citrons, pressez leur jus et réservez le tout dans une casserole de taille moyenne. Déroulez la pâte dans un moule à tarte à fond amovible de 20 cm de diamètre. Piquez-la avec une fourchette, recouvrez d'une feuille de papier sulfurisé et garnissez de riz ou de haricots secs.

2

## FAITES CUIRE

Enfournez la pâte pour 20 minutes. Lorsque les bords commencent à dorer, retirez la garniture et laissez la pâte cuire pendant 10 à 12 minutes. Pendant ce temps, préparez la crème au citron : séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans un saladier, fouettez légèrement les jaunes avec 90 g de sucre, puis réservez. Mélangez 12,5 cl d'eau avec la Maïzena®, puis versez dans la casserole qui contient les zestes et le jus des citrons. À feu doux, fouettez jusqu'à obtenir une crème épaisse, puis retirez la casserole du feu et versez la crème sur les jaunes, tout en fouettant pour qu'ils ne coagulent pas. Remettez à feu doux et fouettez constamment pendant 2 minutes, puis versez sur la pâte à tarte et répartissez les framboises. Laissez refroidir au réfrigérateur. Baissez la température du

four à 100 °C (th. 3-4). Battez les blancs en neige avec 50 g de sucre, puis incorporez délicatement avec un fouet à main le reste de sucre. Recouvrez la tarte de meringue en veillant à cacher les bords de la pâte. Enfournez, baissez la température du four à 90 °C (th. 3) et laissez cuire 1 heure. Sortez du four et conservez dans un endroit frais.

## 3

### DRESSEZ

Disposez la tarte sur un plat de service et dégustez.

### LE PETIT PLUS EN MOINS !

Pour obtenir une belle tarte au citron meringuée, enlevez tout simplement les framboises.



# MONT-BLANC EN PETITES VERRINES



Facile



Moyen



Fête

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 20 MIN / CONSERVATION :  
48 H AU RÉFRIGÉRATEUR

Meringues nature maison (ou achetées en boulangerie) : 100 g

**CRÈMERIE** : Crème fleurette : 15 cl

**ÉPICERIE** : Purée de marrons en boîte (type Faugier® ou Sabaton®) :

200 g - Crème de marrons : 200 g - Sucre glace : 10 g + un peu pour le  
décor

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Pesez les ingrédients.

2

## ASSEMBLEZ

Dans un saladier, travaillez au batteur la purée et la crème de marrons afin d'obtenir une texture homogène. Remplissez-en une poche munie d'une douille à vermicelles ou d'une douille unie n° 3. Montez la crème fleurette en chantilly, ajoutez le sucre glace et fouettez jusqu'à ce que la crème soit bien ferme. Versez-la dans une autre poche à douille.

3

## DRESSEZ

Versez un peu de chantilly dans le fond de 6 verrines, ajoutez des brisures de meringue, puis recouvrez de chantilly sur une épaisseur de 2 cm environ. Nappez d'une généreuse couche de mélange aux marrons en formant un dôme de vermicelles. Filmez avec du film

transparent et conservez au frais jusqu'au service. Parsemez de sucre glace à l'aide d'une passoire et dégustez.

### LA PETITE ASTUCE

Si vous n'avez pas de poche à douille, utilisez un sac à congélation dont vous couperez l'un des angles.





# BROWNIE MERINGUÉ



Facile



Faible



Enfant

POUR 8 PERSONNES / PRÉPARATION : 30 MIN / CUISSON : 40 À 45 MIN / CONSERVATION : 48 H À L'ABRI DE L'HUMIDITÉ

**CRÈMERIE** : Œufs : 3 moyens - Blancs d'œufs : 4 (150 g) - Beurre mou : 165 g + un peu pour le moule

**ÉPICERIE** : Chocolat noir : 350 g - Noix de pécan (ou cerneaux de noix) : 50 g - Farine : 85 g - Sucre en poudre : 270 g - Maïzena® : 1 c. à c. - Vinaigre blanc : 1 c. à c. - Sel : 1 pincée

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Beurrez légèrement un moule à charnière amovible de 18 cm de diamètre. Pesez les ingrédients. Hachez grossièrement les noix de pécan.

2

## ASSEMBLEZ

Préparez le brownie : faites fondre à feu doux 200 g de chocolat noir cassé en morceaux et 150 g de beurre coupé en lamelles. Le mélange doit être lisse et brillant. Dans un saladier, blanchissez les œufs entiers avec 150 g de sucre, puis incorporez le chocolat légèrement refroidi, la farine, le sel et les noix de pécan. Mélangez ensemble tous les ingrédients. Versez la pâte à brownie dans le moule. Préparez la meringue : montez les blancs d'œufs. Lorsqu'ils commencent à prendre, ajoutez le reste de sucre cuillerée par cuillerée, puis versez la Maïzena® et le vinaigre. Augmentez la vitesse des fouets pour obtenir une meringue lisse et brillante. Versez la meringue sur le brownie et tassez délicatement avec le dos d'une cuillère pour qu'il n'y ait pas de vide. Lissez le dessus.

# 3

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 35 à 40 minutes. La meringue doit être légèrement blonde et craquante, et le brownie juste cuit.

# 4

## DRESSEZ

Laissez le gâteau refroidir à température ambiante. Passez un couteau le long de la paroi, puis enlevez la partie amovible du moule. Juste avant de servir, faites fondre les restes de chocolat et de beurre, puis quadrillez la meringue de chocolat fondu à l'aide d'une cuillère.

## **POUR LES PLUS GOURMANDS !**

Pour ceux qui aiment l'association de la menthe et du chocolat, ajoutez 1 cuillerée à café d'extrait de menthe dans la meringue.





# TRIFFLE MANGUE, KIWI ET PASSION



Facile



Moyen



Cuisine du monde

POUR 8 PERSONNES / PRÉPARATION : 1 H / CUISSON : 10 MIN  
/ RÉFRIGÉRATION : 4 H / CONSERVATION : 24 H AU  
RÉFRIGÉRATEUR

Meringues nature maison (ou achetées en boulangerie) : 100 g

**CRÈMERIE** : Jaunes d'œufs : 5 - Lait : 20 cl - Crème fleurette : 50 cl  
- Mascarpone : 100 g

**PRIMEUR** : Fruits de la Passion : 8 - Mangues : 2 - Kiwis : 2

**ÉPICERIE** : Biscuits à la cuillère : 10 - Sucre en poudre : 110 g -  
Vanille : 1 gousse

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Pesez les ingrédients. Fendez la gousse de vanille dans la longueur et récupérez les graines à l'aide d'un couteau. Rincez et ouvrez les fruits de la Passion, puis filtrez le jus dans une passoire à thé. Conservez le jus, ajoutez 10 cl d'eau et 3 cuillerées à café de sucre, puis jetez les graines. Épluchez les mangues, dénoyautez-les et coupez-les en cubes. Épluchez les kiwis et coupez-les en fines tranches. Réservez les fruits et le jus de la Passion au réfrigérateur dans des récipients fermés.

2

## FAITES CUIRE

Préparez la sauce custard (sorte de crème anglaise plus épaisse) : portez à ébullition 30 cl de crème fleurette, le lait, 40 g de sucre, la gousse de vanille et ses graines. Fouettez légèrement les jaunes d'œufs avec 40 g de sucre. Ôtez la gousse de vanille, puis versez la crème sur les jaunes tout en fouettant le mélange. Reversez dans la casserole et laissez cuire à feu moyen, sans cesser de tourner la crème (ne dépassez pas la température de 75 °C). Vous devez obtenir une crème épaisse et onctueuse. Versez-la dans un saladier,



couvrez au contact avec un film alimentaire et conservez au réfrigérateur pendant 2 heures pour bien la faire refroidir.

## 3

### DRESSEZ

Réunissez les restes de crème fleurette, de sucre et le mascarpone dans un saladier, puis battez jusqu'à obtenir une crème montée épaisse. Tapissez le fond d'une grande coupe de 20 cm de hauteur de biscuits à la cuillère trempés dans le jus de fruits de la Passion. Versez le reste du jus, puis recouvrez de la moitié des mangues et des kiwis. Tapissez d'une couche de crème montée, puis d'une couche de sauce custard. Émiettez en gros morceaux les trois quarts des meringues et saupoudrez-en le gâteau, puis recouvrez du reste des fruits et des meringues restantes. Conservez au réfrigérateur pendant 2 heures avant de déguster.

### L'ASTUCE PRATIQUE

En fonction de la taille de la coupe choisie pour servir, adaptez les quantités et doublez le nombre de couches jusqu'à épuisement des ingrédients.



# GÂTEAU MERINGUÉ AU CAFÉ COMME À VIENNE



Difficile



Moyen



Cuisine du monde

POUR 6 À 8 PERSONNES / PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 25 À 30 MIN / CONSERVATION : 48 H AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Œufs : 3 - Blancs d'œufs : 3 (100 g) - Beurre : 150 g + un peu pour la plaque

**ÉPICERIE** : Amandes effilées grillées : 20 g - Nescafé® lyophilisé : 1 c. à c. - Farine : 25 g - Sucre en poudre : 105 g - Sucre glace : 110 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 160 °C (th. 5-6). Pesez les ingrédients. Sur une feuille de papier sulfurisé, tracez une bande de 18 cm de large sur toute la longueur de la plaque à pâtisserie. Retournez le papier, beurrez légèrement la surface de la bande et déposez le papier cuisson sur la plaque. Séparez les blancs et les jaunes de 2 œufs, et réservez-les séparément.

2

## ASSEMBLEZ

Préparez la meringue : montez les 2 blancs en neige en ajoutant 80 g de sucre en poudre au fur et à mesure. Augmentez la vitesse pour obtenir une meringue bien ferme, puis remplissez une poche munie d'une douille unie n° 6 et réservez. Préparez la génoise : fouettez les 2 jaunes avec l'œuf entier et le reste de sucre en poudre. Ajoutez la farine en l'incorporant délicatement avec une spatule, puis remplissez une autre poche munie d'une douille unie n° 6. À l'intérieur du rectangle tracé, formez, dans le sens de la largeur de la bande, une ligne de meringue et une ligne de génoise. Alternez ainsi jusqu'à épuisement des ingrédients.

## 3

### FAITES CUIRE

Enfournez pour 25 à 30 minutes. Pendant ce temps, préparez la crème au café : mélangez le café avec 1 cuillerée à soupe d'eau. Fouettez le beurre pour le rendre crémeux et incorporez le café. Montez les 3 blancs d'œufs en neige ferme en intégrant progressivement 100 g de sucre glace. À l'aide d'un fouet, ajoutez petit à petit le mélange blanc-sucre dans le beurre. Versez la crème dans une poche à douille munie d'une douille cannelée.

## 4

### DRESSEZ

Coupez le gâteau en deux parties égales et décollez-les avec une spatule. Posez la première moitié sur un plat, garnissez de crème au café sur toute la longueur et recouvrez de la seconde moitié du gâteau. Décorez le dessus d'amandes grillées, puis saupoudrez le sucre glace restant. Conservez au réfrigérateur pendant 2 heures et sortez le gâteau 10 minutes avant de servir.







# MINI-OMELETTES NORVÉGIENNES AU CŒUR COULANT CITRON ET LIMONCELLO



Facile



Faible



Fête

POUR 4 PERSONNES / PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 2 MIN  
/ CONGÉLATION : 2 H / CONSERVATION : 3 JOURS AU  
CONGÉLATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 2 (100 g) - Jaune d'œuf : 1 - Beurre :  
25 g

**PRIMEUR** : Citron : 1

**ÉPICERIE** : Quatre-quarts : 4 tranches - Sucre en poudre : 115 g -  
Limoncello : 8 cl

**PRODUITS SURGELÉS** : Glace vanille (ou parfum de votre  
choix) : 300 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Pesez les ingrédients. Lavez le citron, puis râpez-le et pressez-le.

2

## ASSEMBLEZ

Préparez le lemon curd : dans une casserole, faites fondre le beurre à feu très doux. Ajoutez le jus de citron, les zestes, le jaune d'œuf et 40 g de sucre. Fouettez jusqu'à ce que le mélange épaississe. Laissez refroidir, couvrez et réservez au réfrigérateur. Passez sous l'eau 4 sphères en silicone, tapissez-les de film alimentaire et remplissez-les de glace (elle doit couvrir le fond et les bords du moule). Conservez une petite cavité au milieu que vous remplirez de lemon curd. Mettez au congélateur pour 2 heures. À l'aide d'un cercle, découpez des tranches de quatre-quarts de 1 cm d'épaisseur, puis redimensionnez les

tranches au format des sphères. Déposez-les sur une plaque et badigeonnez-les de limoncello à l'aide d'un pinceau. Réservez.

## 3

### DRESSEZ

Montez les blancs d'œufs en neige, puis ajoutez le reste de sucre cuillerée par cuillerée. Augmentez la vitesse du batteur pour bien « serrer » les blancs. Remplissez de meringue une poche munie d'une douille unie ou cannelée. Sortez et démoulez chaque part de glace sur une tranche de quatre-quarts, recouvrez rapidement de meringue avec la poche à douille, puis colorez au chalumeau ou passez sous le gril préchauffé à 230 °C (th. 7-8) pendant 1 minute. Servez et dégustez immédiatement.

### ASTUCE ET VARIANTE

L'eau permet de bien faire coller le film alimentaire à la paroi des ramequins. Par ailleurs, la meringue italienne conviendra également parfaitement à ce dessert.



# MERINGUE AUX FRUITS RÔTIS



Facile



Faible

POUR 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 30 MIN / CUISSON : 50 MIN  
/ CONSERVATION : 2 JOURS AU RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Blancs d'œufs : 4 ou 5 (180 g) – Crème fleurette : 15 cl

**PRIMEUR** : Figs : 400 g – Raisin noir ou blanc : 250 g – Mûres :  
1 barquette (250 g) – Prunes : 6

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 280 g – Maïzena® : 2 c. à c. – Vinaigre  
blanc : 2 c. à c.

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 160 °C (th. 5-6). Pesez les ingrédients. Lavez tous les fruits, sauf les mûres. Dénayautez les prunes.

2

## ASSEMBLEZ

Mélangez ensemble tous les fruits, puis disposez-les dans un plat allant au four. Saupoudrez-les de 60 g de sucre. Montez les blancs d'œufs en neige, puis ajoutez le reste de sucre cuillerée par cuillerée. Incorporez la Maïzena® et le vinaigre blanc, puis augmentez la vitesse du batteur pour obtenir une texture lisse et brillante.

3

## FAITES CUIRE

Recouvrez les fruits de meringue à l'aide d'une cuillère à soupe et enfournez pour 50 minutes.

4

### DRESSEZ

Montez la crème fleurette en chantilly et servez-la en accompagnement de votre dessert.

### VARIATION GOURMANDE

Avec les jaunes d'œufs, vous pouvez réaliser une [sauce custard](#) à la place de la crème fouettée.





# CUPCAKES SURPRISES COCO-CITRON VERT



Facile



Faible



Cuisine du monde

POUR 8 PERSONNES / PRÉPARATION : 30 MIN / CUISSON : 25 À  
30 MIN / CONSERVATION : 3 JOURS MAXIMUM AU  
RÉFRIGÉRATEUR

**CRÈMERIE** : Œufs : 2 - Blancs d'œufs : 2 (60 g environ) - Beurre :  
70 g

**PRIMEUR** : Citrons verts : 2

**ÉPICERIE** : Lait de coco : 125 g - Noix de coco râpée : 1 c. à c. -  
Lemon curd : 8 c. à c. - Farine : 160 g - Sucre en poudre : 255 g -  
Levure : 1 c. à c. - Sel : 1 pincée

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Pesez les ingrédients. Prélevez le zeste et pressez les citrons verts. Faites fondre le beurre au micro-ondes.

2

## ASSEMBLEZ

Dans le bol d'un robot, mélangez le beurre et 155 g de sucre. Ajoutez la farine, la levure, le sel, puis incorporez les œufs entiers un par un. Versez le lait de coco, la moitié du jus de citron et des zestes, puis mélangez jusqu'à obtenir une pâte lisse. Versez la pâte dans des moules à cupcakes en silicone en les remplissant aux trois quarts.

# 3

## FAITES CUIRE

Enfournez pour 25 à 30 minutes. Les cupcakes doivent être bien dorés.

# 4

## DRESSEZ

Faites refroidir les cupcakes. Préparez la meringue : montez les blancs d'œufs en neige avec le reste de sucre. Incorporez le reste de zestes et de jus de citron. Garnissez une poche à douille munie d'une douille cannelée. Déposez 1 cuillerée à café de lemon curd sur chaque cupcake froid et dressez un dôme de meringue. Brûlez la meringue à l'aide d'un chalumeau de cuisine ou passez 2 minutes sous le gril du four préchauffé à 200 °C (th. 6-7). Décorez avec la noix de coco râpée et dégustez.

## **VARIEZ LES PLAISIRS !**

Remplacez les citrons verts par des citrons jaunes, moins acides, et le lait de coco par du lait de vache.



# LA RECETTE DE L'INVITÉ PRESTIGE



# ETON MESS AUX FRUITS ROUGES

POUR 10 PERSONNES / PRÉPARATION : 20 MIN  
/ CONSERVATION : À CONSOMMER DANS LA JOURNÉE

Meringues nature maison : 500 g

**CRÈMERIE** : Crème fleurette : 60 cl

**PRIMEUR** : Fruits rouges et/ou noirs au choix (framboises, myrtilles, mûres, fraises) : 4 barquettes (soit 500 g) – Framboises : 3 barquettes (soit 375 g) – Citron : 1

**ÉPICERIE** : Sucre en poudre : 50 g

1

## PRÉPAREZ LES INGRÉDIENTS

Pressez le citron pour en extraire 1 cuillerée à café de jus et réservez. Cassez les meringues en morceaux. Fouettez la crème fleurette en chantilly. Lavez et équeutez les fraises.

2

## ASSEMBLEZ

Mixez les framboises avec le sucre, puis passez-les au chinois pour ne conserver que le jus et ajoutez le jus de citron. Dans un grand plat, mélangez les morceaux de meringue, les trois quarts des fruits et la crème fouettée.

3

## DRESSEZ

Versez cette préparation dans des verrines ou disposez-la dans une jolie coupe. Versez le coulis de framboises par-dessus et décorez avec le reste des fruits.

**ROSE BAKERY**

46, rue des Martyrs, 75009 Paris

Lieu incontournable, le très british Rose Bakery connaît un grand succès avec son concept tendance se situant entre le salon de thé, la cantine bio et le café-épicerie. Tout y est proposé avec gourmandise pour satisfaire les moindres envies, du salé au sucré, du froid au chaud, sur place ou à emporter.



# LE SAVIEZ-VOUS ?

- C'est le pâtissier Gasparini qui aurait inventé ce dessert à base de blancs d'œufs et de sucre en 1720. Il l'aurait baptisé Meiringen, reprenant ainsi le nom du village où il résidait.
- Marie-Antoinette raffolait du vacherin.
- Le pavlova doit son nom à une ballerine russe. Il s'agit du gâteau préféré des Néo-Zélandais et des Australiens, qui le dégustent à Noël. Il est également très apprécié des Anglais.
- En Suisse, la meringue se sert accompagnée d'une crème double de la Gruyère !
- En Allemagne, les meringues se nomment « baisers » !

# ÉQUIVALENCES & MESURES

1 CUILL. À SOUPE =

15 g de sucre, farine, beurre

12 g de crème fraîche, huile

3 cl de liquide

3 cuill. à café

1 CUILL. À CAFÉ =

5 g de sel, huile, sucre, farine

7 g de beurre

0,5 cl de liquide

1 NOISETTE DE BEURRE = 4 g

1 PINCÉE DE SEL = 3 à 5 g

1 MORCEAU DE SUCRE = 5 g

TEMPÉRATURES DU FOUR

Th. 3 = 90 °C

Th. 4 = 120 °C

Th. 5 = 150 °C

Th. 6 = 180 °C

Th. 7 = 210 °C

Th. 8 = 240 °C

© 2015, Éditions Solar, un département de



Retrouvez-nous sur [www.solar.fr](http://www.solar.fr)

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés, réservés pour tous pays.

9782263067402



# ASSOCIATIONS DE SAVEURS

	LES MEILLEURS ACCORDS	MAIS AUSSI...
Basilic	Fraises	
Coriandre	Mangue, ananas	Melon et pastèque
Lavande	Abricots, pêches jaunes	Biscuits, entremets
Menthe	Chocolat noir, pêches blanches, melon et pastèque, fraises et framboises	Chocolat blanc, fruits pochés, sirops
Romarin	Fruits jaunes rôtis ou pochés	Pains et pâtisseries, entremets
Thym	Figues (rôties)	Fruits pochés ou en salade, sirops, biscuits
Anis	Oranges (salade), melon, poires	Biscuits et brioches
Badiane	Nectarines, ananas, poires, caramel et sirops	Chocolat noir, gâteaux et biscuits aux épices, soupes de fruits
Cannelle	Poires et pommes, oranges (salade), crèmes cuites et glacées	Bananes, entremets, chocolat, cakes, biscuits et gâteaux aux épices
Cardamome	Crèmes cuites (anglaise et pâtissière) et glacées, yaourts, mangue, mirabelles, fraises	Bananes, oranges, crèmes au café, gâteaux
Coriandre (grains)	Ananas, mangue	Gâteaux, entremets
Cumin	Abricots, pêches, potiron, carottes (sucrées)	Mangue, pains
Gingembre (confit)	Chocolat, pommes et poires, ananas, sorbets, biscuits et pâte sablée	Caramel, fraises et framboises

Girofle	Pommes, pêches jaunes et poires cuites (tartes et crumbles), prunes et pruneaux	Soupes de fruits au vin rouge, desserts aux épices
Muscade	Gâteaux et biscuits, entremets (gâteaux de riz ou semoule), potiron	Soupes de fruits au vin rouge, desserts aux épices
Paprika	Fromage frais ou glacé	Entremets
Piment, piment d'Espelette	Ananas, chocolat noir	Entremets, sorbets
Poivres	Poires, fraises	Bananes, sorbets, poivre rose et chocolat
Quatre-épices	Mêmes utilisations que la muscade et le girofle	
Safran	Nectarines et pêches jaunes, sorbets	Oranges, pistaches, crèmes et entremets, sirops (babas)
Vanille	Coulis, sauces, crèmes cuites et glacées, fruits rôtis et compotes, sirops	
Pavot	Oranges, brioches, biscuits, cupcakes	Fromage blanc, madeleines
Sésame	Caramel, pommes, bananes, fruits exotiques	Miel, pains, brioches et biscuits

# Table of Contents

[Les ustensiles de base](#)

[Conseils pour réussir vos meringues](#)

[La recette de base, pas à pas :](#)

[La meringue française](#)

[Les grands classiques](#)

[La meringue italienne](#)

[La meringue suisse](#)

[Rose blanche meringuée à l'assiette](#)

[Pavlova aux fruits noirs](#)

[Biscuits noisette et chocolat](#)

[Grosses meringues aux pralines roses](#)

[Macarons au caramel au beurre salé](#)

[Îles flottantes au pralin](#)

[Vacherin](#)

[Rochers amande-coco](#)

[Les meringues festives](#)

[Pièce montée aux framboises](#)

[Macarons glacés](#)

[Pavlova Waouuh !](#)

[Gâteau meringué de Pâques](#)

[Pavlova poires, chocolat et custard](#)

[Merveilleux aux spéculoos](#)

[Sucettes](#)

[Meringue roulée chocolat et crème de marrons](#)

[Les desserts meringués](#)

[Petite tarte meringuée citron-framboise](#)

[Mont-blanc en petites verrines](#)

[Brownie meringué](#)

[Trifle mangue, kiwi et Passion](#)

[Gâteau meringué au café comme à Vienne](#)

[Mini-omelettes norvégiennes au cœur coulant citron et limoncello](#)

[Meringue aux fruits rôtis](#)

[Cupcakes surprises coco-citron vert](#)

[La recette de l'invité prestige](#)

[Eton mess aux fruits rouges](#)

[Le saviez-vous ?](#)

[Équivalences & mesures](#)

[Associations de saveurs](#)