

LES cannelés

DE NOS GOURMANDISES PRÉFÉRÉES, SEULS LES CANNELÉS NE SE RETROUVENT PAS COURAMMENT DANS LES HYPERMARCHÉS. POUR LES DÉGUSTER À LA MAISON, IL FAUT DONC PASSER PAR LE PÂTISSIER OU L'ACTION PERSONNELLE.

1 PRÉPARATION DE LA PÂTE

Prélevez le zeste du 1/2 citron. Ôtez et jetez la partie blanche à l'aide d'un couteau tranchant tenu à plat. Hachez finement le zeste et prélevez-en l'équivalent d'une cuillère à soupe légèrement bombée. Fendez les gousses de vanille en deux dans la longueur et grattez les grains noirs à l'intérieur. Placez la vanille, les grains et la cuillère de zeste dans une casserole avec le lait et les 30 g de beurre. Portez à ébullition, éteignez le feu, couvrez et laissez tiédir pendant 30 mn minimum.

2 FINITION DE LA PÂTE

Fouettez les jaunes d'œufs, l'œuf entier et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporez alors la farine rapidement, au fouet. Puis versez peu à peu le lait parfumé et mélangez bien jusqu'à obtenir une pâte lisse. Ajoutez le rhum. Couvrez et gardez au frais pour 24 heures.

3 PRÉPARATION DES MOULES

Le lendemain, préchauffez le four à 200 °C (th. 6-7). Enfourez-y les moules vides 10 mn. Dans une petite casserole posée sur feu doux, faites fondre la cire d'abeille et le beurre. Si vous ne trouvez pas de cire d'abeille, doublez la quantité de beurre et faites-le fondre seul (dans ce cas, inutile de faire chauffer les moules au préalable). A l'aide d'un pinceau, enduisez du mélange fondu l'intérieur des moules, un par un,

3 PRÉPARATION DES MOULES

4 PRÉPARATION POUR LA CUISSON

Fouettez la pâte à cannelés 1 mn pour l'homogénéiser et versez-la jusqu'à 1 cm du bord dans les moules. Posez ces derniers sur une plaque à pâtisserie froide et recouvrez-les d'une grille à pâtisserie, elle-même surmontée d'un petit poids résistant à la chaleur. Ce dispositif va empêcher la pâte de se soulever pendant la cuisson, de sortir du moule et de ne pas cuire uniformément.

puis retournez-les sur une grille pour que l'excédent s'écoule.

Bon à savoir: si vos moules sont neufs, lavez-les et séchez-les, enduisez-les de beurre fondu et placez-les dans un four brûlant pendant 20 mn. Essuyez-les, encore chauds, à l'aide de papier absorbant. Par la



1 Préparation de la pâte.



2 Finition de la pâte.



3 Préparation des moules.



4 Préparation pour la cuisson.



5 Cuisson et démoulage.

POUR 12 À 18 CANNELÉS (SELON LA TAILLE DES MOULES)

50 cl de lait entier frais,
30 g de beurre,
2 jaunes d'œufs, 1 œuf
entier, 250 g de sucre
semoule, 120 g de farine,
2 gousses de vanille,
2 c. à soupe de rhum,
1/2 citron non traité.

Pour les moules: l'équivalent
d'une noix de cire
d'abeille (facultatif,
disponible dans les magasins
diététiques ou bios)
et une noix de beurre.

5 CUISSON ET DÉMOULAGE

Après 30 mn de cuisson, retournez la plaque du four pour que les moules du fond se retrouvent devant, et inversement. Laissez encore cuire 20 mn si vos moules sont petits, 30 mn s'ils sont moyens et 40 mn s'ils sont grands. Ne vous inquiétez pas de la couleur très brune des cannelés, c'est ainsi qu'ils sont bons. Démoulez-les dès leur sortie du four sur une grille et laissez-les refroidir. Ils se dégustent à température ambiante et ne se conservent pas le lendemain, leur croûte n'est plus croustillante. **E. S.**

STYLISTE CUISINE ET
OBJET VIRGINIE MARTIN. GRILLE
À PÂTISSERIE. PLANCHE
COUTEAU, CASSEROLE, SALADIER
ET FOUET KITCHEN BAZAAR.
RAVIER CARRÉ MUJI.