

Binôme gourmand

MILLE-FEUILLES ET SMOOTHIE AUX FRAISES



Pour les mille-feuilles 4/6 personnes :

500 g de fraises (*j'en ai mis moins, je n'avais qu'une barquette de gariguettes de 250 g mais je trouve que 500 g c'est tout de même beaucoup. On peut également faire cette recette avec des framboises ou d'autres fruits bien sûr*)

300 g de pâte feuilletée

50 cl de lait

1 gousse de vanille

6 jaunes d'œufs

20 cl de crème liquide très froide

120 g de sucre

40 g de Maïzena

25 g de sucre glace

Préchauffez votre four à 210°.

Étalez votre pâte feuilletée en rectangle sur 2 mm d'épaisseur.

A présent il y a deux façons de faire. Soit vous coupez des rectangles dans la pâte encore crue (ou comme je l'ai fait des cercles à l'emporte-pièce), soit vous cuisez la pâte en une seule fois et vous découpez ensuite vos rectangles une fois que la pâte est cuite.

Posez la pâte sur une plaque tapissée de papier sulfurisé ou sur un tapis de cuisson. Couvrez avec une grille pour empêcher la pâte de gonfler (*personnellement je me sers d'un plateau*), enfournez pendant 15 mn. Retirez la grille et saupoudrez de sucre glace. Remettez au four juste le temps de faire caraméliser.

Préparation de la crème :

Versez le lait dans une casserole avec la gousse de vanille fendue et portez à ébullition. Mélangez le sucre avec la Maïzena, incorporez les jaunes d'œufs un à un. Délayez ensuite avec le lait bouillant en tournant et portez à ébullition en continuant de remuer avec un fouet jusqu'à épaississement. Transvasez aussitôt dans un saladier, recouvrez d'un film alimentaire sur la surface de la crème pour empêcher la formation d'une peau et laissez refroidir complètement.

Fouettez la crème liquide froide en chantilly bien ferme (*habituellement je place le saladier dans lequel je vais battre monter ma chantilly dans le réfrigérateur ou quelques minutes dans le congélateur pour être tout à fait sûre qu'elle prenne sans problème*). Incorporez la chantilly à la crème.

Rincez ensuite les fraises et équeutez-les (*ne faites pas le contraire sinon vos fraises se gorgeront d'eau*) et coupez-les en quartiers.

A l'aide d'un couteau bien affûté coupez la pâte en trois bandes égales dans la longueur (sauf bien sûr si vous avez coupé vos rectangles avant de la cuire) et étalez une bonne couche de crème sur la face caramélisée des deux premières. Garnissez de fraises. Superposez ensuite les deux bandes puis recouvrez-les de la dernière bande, décorez de sucre glace et coupez en part avec un couteau-scie... *dixit la recette... mais je trouve cette opération "un peu" délicate c'est pourquoi personnellement je préfère couper les rectangles de pâte (en veillant à ce qu'ils soient de même longueur) avant de les recouvrir avec la crème. A vous de voir ce qui est le plus commode pour vous.*

Source : Cuisine actuelle

SMOOTHIE A LA FRAISE



Pour le smoothie 1 personne :

1 yaourt sucré à boire à la vanille de 20 cl

10 cl de lait

50 g de fraises (*voire un peu plus si vous aimez. N'en mettez pas trop cependant, le smoothie ne doit pas être trop épais pour pouvoir être bu à la paille*)

1 à 2 fraises pour décorer ou des bonbons mous à enfiler sur une petite brochette

Mixez les fraises (lavées et équeutées) avec le lait et la yaourt. Versez dans une flûte. Réservez au frais.

Au moment de servir, décorez avec une petite brochette de fruits ou de bonbons et buvez avec une paille.