

# Paris-Brest

Je ne vais pas vous raconter l'histoire de la course de cyclisme, tout le monde la connaît maintenant. Mais plutôt vous parler de mon ressenti face à cette pâtisserie.

Petite, je n'aimais pas le Paris-Brest, je trouvais ça trop écœurant, trop gras, trop lourd. Mais ça c'était avant de les faire moi-même. Et surtout avant de goûter des vrais Paris-Brest dont la recette est pensée pour être allégée mais tout aussi gourmande. J'ai parlé récemment de mon passage chez Yann Couvreur sur Instagram, son Paris-Brest est à tomber. Si vous êtes sur Paris ou de passage à Paris je vous invite à y faire un tour, ça vaut le coup.

Ce qui vaut tout aussi le coup c'est de le faire soi-même. Et l'avantage est surtout que l'on peut ajuster les proportions selon nos goûts. Plus ou moins de beurre ou de praliné dans la crème mousseline. Faites des essais et trouvez la meilleure combinaison possible pour vous !

---

## ◆ Pâte à choux



- ◆ 250g d'eau
- ◆ 100g de beurre
- ◆ 200g de farine
- ◆ 4 oeufs

## ◆ Praliné maison

- ◆ 150g de noisettes entières
- ◆ 150g d'amandes entières
- ◆ 150g de sucre en poudre

## ◆ Crème mousseline

- ◆ 500g de lait entier
  - ◆ 125g de sucre
  - ◆ 60g de maïzena
  - ◆ 1 oeuf
  - ◆ 3 jaune d'oeuf
  - ◆ 1 gousse de vanille (de l'extrait de vanille fera l'affaire pour cette recette car c'est le praliné qui parfume la crème)
  - ◆ 200g de beurre
- 

## Vous aurez besoin de :

- ◆ Un fouet
  - ◆ Une casserole
  - ◆ Un cul de poule
  - ◆ Un grand bol
  - ◆ Une poêle
  - ◆ Une spatule
  - ◆ Un très bon mixeur ou de la patience
- 

[20min+1h de repos]

Commencez par **la crème pâtissière** pour qu'elle ait le temps de refroidir. Pour plus de conseils et de détails je vous invite à aller voir cet article entièrement

## consacré à la crème pâtissière à la vanille.



1. Faites bouillir le lait dans une casserole.
2. Fouettez les œufs avec le sucre, dans un grand bol, puis ajoutez-y la maïzena.
3. Versez une partie du lait bouillant sur le mélange précédent.
4. Remettez le tout dans la casserole. Faites chauffer sur feu doux tout en mélangeant jusqu'à la première ébullition. Vous devez obtenir une consistance de crème assez ferme.
5. Débarrassez-la dans un récipient propre, filmez-la au contact et laissez-la refroidir.

---

[30min+30min de cuisson]

Continuez avec **la pâte à choux**. Il y a également un article 100% pâte à choux que vous pouvez retrouver ici



**pour plus de détails.**

1. Faites préchauffer le four à 210°C en chaleur statique.
2. Portez l'eau et le beurre à ébullition.
3. Ajoutez-y la farine en une seule fois puis desséchez la pâte sur feu doux.
4. Ré-hydratez-la avec les œufs en les ajoutant un par un.
5. Vous pouvez maintenant la pocher en forme de cercles d'environ 7 centimètres de diamètre.
6. Avant cuisson, badigeonnez avec un œuf battu et saupoudrez d'amandes effilées.
7. Diminuez la température du four à 180°C et enfournez. Surveillez bien votre cuisson, votre pâte doit être bien gonflée et bien dorée.

---

**[30min]**

**Passez maintenant à l'étape **du praliné**. Ma recette du**



## praliné est dans cet article.

1. Torréfiez les amandes et les noisettes dans une casserole.
2. Faites-les caraméliser puis laissez-les refroidir sur une feuille de papier cuisson.
3. Une fois le tout refroidi, mixez jusqu'à obtenir la consistance de praliné que vous désirez.
4. Pour cette recette, conservez 8 cuillères à café de pralin. Le pralin est du praliné pas totalement mixé. Cela vous servira à garnir le dessous des choux et donner du craquant.
5. Mixez le reste jusqu'à obtenir une consistance de pâte à tartiner.

---

[15min]

### **Avant dernière étape : la crème mousseline.**

1. Dans un cul-de-poule ou la cuve du batteur, placez votre crème pâtissière bien froide. Fouettez-la à vitesse moyenne (avec un robot, un batteur électrique ou beaucoup de force).
2. Ajoutez-y le beurre en morceaux. Vous devez voir votre crème s'éclaircir et devenir mousseuse.
3. Finissez alors par le praliné. Goûtez régulièrement pour ajuster la quantité selon vos goûts.

---

[30min]

Pour **Le montage** :

1. Découpez vos Paris-Brest en deux dans le sens de la hauteur.
2. Commencez par une cuillère de pralin au fond.



3. Puis pochez joliment votre crème mousseline.
4. Et enfin, refermez avec le chapeau. Le tour est joué.



**Enjoy** ☐