

LA MERINGUE FRANÇAISE AUX 2 SUCRES, DE LENÔTRE

La Recette

<https://www.cuisinedaubery.com/recipe/meringue-francaise-2-sucres/>

La méthode académique de meringue Française, avec deux sucres

Chef : Lenôtre

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Base, Base Sucrée, Meringue, Meringue Française,

Ingrédients

Meringue avec 3 Blancs : 250 g

3 Blancs d'Oeuf 90 grammes

*1er Sucre

25 grammes de Sucre

*2ème Sucre pour serrer

50 grammes de Sucre

*3ème Sucre à mélanger manuellement

90 grammes de Sucre Glace

*En option

du Colorant alimentaire

Meringue avec 2 Blancs : 167 g

2 Blancs d'Oeuf 60 grammes

*1er Sucre

16,6 grammes de Sucre

*2ème Sucre pour serrer

33,3 grammes de Sucre

*3ème Sucre à mélanger manuellement

60 grammes de Sucre Glace

*En option

du Colorant alimentaire

Meringue avec 4 Blancs : 333 g

4 Blancs d'Oeuf 120 grammes

*1er Sucre

33,3 grammes de Sucre

LA MERINGUE FRANÇAISE AUX 2 SUCRES, DE LENÔTRE

*2ème Sucre pour serrer

66,6 grammes de Sucre

*3ème Sucre à mélanger manuellement

120 grammes de Sucre Glace

*En option

du Colorant alimentaire

Meringue avec 5 Blancs : 417 g

5 Blancs d'Oeuf 150 grammes

*1er Sucre

41,6 grammes de Sucre

*2ème Sucre pour serrer

83,3 grammes de Sucre

*3ème Sucre à mélanger manuellement

150 grammes de Sucre Glace

*En option

du Colorant alimentaire

Meringue avec 6 Blancs : 500 g

6 Blancs d'Oeuf 180 grammes

*1er Sucre

50 grammes de Sucre

*2ème Sucre pour serrer

100 grammes de Sucre

*3ème Sucre à mélanger manuellement

180 grammes de Sucre Glace

*En option

du Colorant alimentaire

Instructions

Voici la recette en vidéo :

1. Un conseil : les Blancs d'Oeuf doivent être amenés à température ambiante pendant 1 heure avant de les utiliser : ils monteront mieux
2. Puis, après cette préparation, verser les 3 Blancs d'Oeuf avec le 1er Sucre (25 g) dans un robot (genre Kitchen Aid) muni du fouet
3. On peut utiliser soit un robot (genre Kitchen Aid) ou également un batteur électrique
4. Fouetter à Vitesse Lente. Avec le robot, j'utilise la vitesse 3 (sur 10)
5. Pour réussir ses blancs montés, il faut toujours commencer par fouetter à Vitesse Lente, pendant 5 minutes à 7 minutes : On croit toujours qu'il faut battre les blancs à vitesse maximale, mais c'est une erreur !

LA MERINGUE FRANÇAISE AUX 2 SUCRES, DE LENÔTRE

6. Fouetter

7. Puis augmenter la vitesse à Vitesse Moyenne pendant 3 minutes. Avec le robot, j'utilise la vitesse 5 (sur 10)

8. Augmenter la vitesse à Vitesse Elevée pendant 3 minutes. Avec le robot, j'utilise la vitesse 8 (sur 10)

9. Puis, "serrer" en ajoutant le 2ème Sucre (50 g)

10. Augmenter la vitesse à Vitesse Maximale

11. Avec le robot, j'utilise la vitesse 10 (sur 10)

De la couleur ??

12. Si vous voulez des meringues colorées, c'est à ce moment que vous ajouterez votre Colorant alimentaire (de préférence en poudre), puis continuez de fouetter quelques secondes

Résultat des blancs montés

Test : En prenant le fouet en main et en remuant un peu, le fouet doit ressortir en faisant le "bec d'oiseau"

Un "bec d'oiseau", qui est plutôt un bec d'aigle d'ailleurs !

Ajout du 3ème sucre

13. Verser le dernier sucre, 90 g de Sucre Glace, que l'on va mélanger à la maryse, et non pas au fouet à main

14. On doit incorporer délicatement, c'est à dire retourner les blancs avec une maryse

15. Ne surtout pas fouetter : Cela ferait retomber les blancs montés ! Cette opération manuelle et délicate a pour but de ne pas préserver la structure des blancs montés

Mise en poche

16. Transférer dans une poche à douilles

17. Utiliser une douille lisse ou une douille cannelée

Pour des cercles

18. Si on veut réaliser des cercles (pour un vacherin par exemple), tracer des cercles au crayon sur du papier sulfurisé

19. Puis retourner le papier sulfurisé, afin qu'il ne soit pas en contact avec la meringue

20. Coller un peu de meringue sous le papier sulfurisé afin qu'il ne bouge pas pendant la cuisson

21. Puis, pocher en escargot

22. On peut également utiliser un tapis silicone

Gouttes de meringue

23. Pour des décorations, on peut aussi pocher des gouttes de meringue

Cuisson

24. Cuire: 8 minutes à 150 C (Thermostat 5)

25. Puis baisser la température à 90 C

26. Le temps de cuisson dépend de la taille de vos meringues : 2 heures ou plus pour les gouttes, et plutôt 3 heures 1/2 pour les cercles

LA MERINGUE FRANÇAISE AUX 2 SUCRES, DE LENÔTRE

27. Réserver et laisser refroidir. On peut même mettre éteindre le four et ainsi laisser sécher pendant la nuit au four