

# LE BISCUIT CITRON VERT ALLÉGÉ DE M.O.F J-M PERRUCHON

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/biscuit-citron-vert-allege/>

Un délicieux biscuit au citron vert, aérien et parfait pour vos entremets

Chef : Jean-Michel Perruchon

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Base, Base Sucrée, Biscuit À Entremets, Biscuit Citron Vert,

## Ingrédients

**Pour un rectangle de 38 cm x 28 cm, sur 0,8 cm ou 8 mm d'épaisseur, ou un carré de 33 cm de côté, ou un cercle de 37 cm de diamètre**

127 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 4,2 Oeufs

33 grammes de Sucre

67 grammes de Jaunes d'Oeuf pris de 3,3 Oeufs

3 Zestes de Citron Vert

47 grammes de Farine

60 grammes de Beurre

\*En option

Quelques gouttes de Colorant alimentaire Vert et Jaune

**Pour un rectangle de 44 cm x 22 cm, sur 0,8 cm ou 8 mm d'épaisseur, ou un carré de 31 cm de côté, ou un cercle de 35 cm de diamètre**

115,5 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 3,8 Oeufs

30 grammes de Sucre

60,9 grammes de Jaunes d'Oeuf pris de 3 Oeufs

2,7 Zestes de Citron Vert

42,7 grammes de Farine

54,5 grammes de Beurre

\*En option

Quelques gouttes de Colorant alimentaire Vert et Jaune

**Pour un rectangle de 34 cm x 24 cm, sur 0,8 cm ou 8 mm d'épaisseur, ou un carré de 28 cm de côté, ou un cercle de 32 cm de diamètre**

97,3 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 3,2 Oeufs

## LE BISCUIT CITRON VERT ALLÉGÉ DE M.O.F J-M PERRUCHON

25,3 grammes de Sucre

51,3 grammes de Jaunes d'Oeuf pris de 2,5 Oeufs

2,3 Zestes de Citron Vert

36 grammes de Farine

46 grammes de Beurre

\*En option

Quelques gouttes de Colorant alimentaire Vert et Jaune

**Pour un rectangle de 30 cm x 20 cm, sur 0,8 cm ou 8 mm d'épaisseur, ou un carré de 24 cm de côté, ou un cercle de 28 cm de diamètre**

71,6 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 2,3 Oeufs

18,6 grammes de Sucre

37,7 grammes de Jaunes d'Oeuf pris de 1,8 Oeufs

1,6 Zestes de Citron Vert

26,5 grammes de Farine

33,8 grammes de Beurre

\*En option

Quelques gouttes de Colorant alimentaire Vert et Jaune

**Pour un rectangle de 76 cm x 28 cm, sur 0,8 cm ou 8 mm d'épaisseur, ou un carré de 46 cm de côté, ou un cercle de 52 cm de diamètre**

254 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 8,4 Oeufs

66 grammes de Sucre

134 grammes de Jaunes d'Oeuf pris de 6,7 Oeufs

6 Zestes de Citron Vert

94 grammes de Farine

120 grammes de Beurre

\*En option

Quelques gouttes de Colorant alimentaire Vert et Jaune

### Instructions

#### Préparation

1. Pour préparer les Blancs d'Oeuf (127 g pris de 4,2 Oeufs), un conseil est de les laisser à température ambiante pendant 15 minutes minimum. Ils monteront mieux si ils ne sont pas sortis directement du frais.
2. Pour préparer le Beurre (60 g), le faire fondre et le réserver jusqu'à utilisation à température ambiante, afin qu'il chute en température

#### Monter les blancs

## LE BISCUIT CITRON VERT ALLÉGÉ DE M.O.F J-M PERRUCHON

3. Fouetter les Blancs d'oeufs, à Vitesse Moyenne. On peut utiliser soit un robot (genre Kitchen Aid) ou également un batteur électrique
4. Fouetter les Blancs d'oeufs à Vitesse Maximale dès le départ est une erreur : les blancs d'oeufs tombent (dégonflent) quand ils ont été fouettés à Vitesse Maximale dès le départ
5. Après 5 minutes, ajouter la 1ère moitié du Sucre (16,5 g)
6. Après 5 minutes, ajouter la 2ème moitié du Sucre (16,5 g), afin de serrer
7. Puis monter la vitesse à Vitesse Maximale
8. On fouette quelques minutes et on doit obtenir des blancs bien serrés : en retournant le fouet, les blancs montés accrochent au fouet
9. Test : En prenant le fouet en main et en remuant un peu, le fouet doit ressortir en faisant le "bec d'oiseau", ( qui est plutôt un bec d'aigle d'ailleurs !)
10. Si ce test ne marche pas (vos blancs ne sont pas fermes), alors on peut ajouter une cuillère à café de meringue en poudre et fouetter quelques minutes
11. Tout en fouettant, on ajoute alors les 67 g pris de 3,3 Oeufs de Jaunes d'Oeuf et mixer quelques secondes : on doit obtenir un appareil homogène
12. Arrêter le fouet, et finir d'incorporer les Jaunes d'Oeuf manuellement, avec une maryse
13. Prélever les Zestes de Citron Vert (3) en grattant 3 Citrons Verts avec un zesteur. Comme je vous l'ai souvent dit, mon instrument préféré est la microplane pour cela.
14. Ce n'est pas dans la recette, mais vous pouvez ajouter quelques gouttes de Colorant alimentaire : moitié couleur verte et moitié couleur jaune
15. Mélanger délicatement avec une maryse
16. Tamiser sur le bol la Farine (47 g)
17. Incorporer en mélangeant délicatement
18. Racler le bol et retourner l'appareil sur lui-même. Ne pas fouetter !
19. Verser alors le Beurre (60 g) (qu'on a déjà fait fondre au début de la recette)
20. Mélanger
21. Comme vous voyez sur les photos, j'utilise un moule en silicone à rebord, très pratique
22. J'ai acheté le mien chez Déco Relief à Paris. Pour acheter en ligne, c'est ICI
23. Verser la pâte, et étaler délicatement à l'aide d'une spatule coudée le plus régulièrement possible

Déco Relief

[web]

6 rue Montmartre

75001 Paris

France

Afin d'étaler votre pâte à biscuit parfaitement, avec une surface uniforme et lisse, j'ai écrit un article avec diverses méthodes

Voir mon article (ICI) pour revoir les astuces afin d'étaler une pâte à biscuit régulièrement

24. Enfourner au four préchauffé à 170 C (Thermostat 5) pendant environ 10 minutes
25. Sortir la plaque du four

## LE BISCUIT CITRON VERT ALLÉGÉ DE M.O.F J-M PERRUCHON

26. Vous pouvez vérifier en plantant un couteau fin : il doit ressortir humide, mais sans pâte

### **Démoulage**

27. Pour démouler procéder comme suit:

28. Passer un couteau sur les bords

29. Poser un tapis silicone sur le biscuit

30. Retourner

31. Retirer le tapis cuisson délicatement

32. Aussitôt, envelopper de film alimentaire étirable afin de garder l'humidité du biscuit