

RECETTE DE LA PÂTE à CHOUX (RECETTE DE MOFS)

La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/recette-de-la-pate-a-choux/>

La pâte à choux, utilisée dans des desserts incontournables, tels que les Éclairs, les Profiteroles, les Choux à la crème, ou le Paris-Brest. Antonin Carême (1783-1833) est considéré comme le grand spécialiste de la recette.

Temps de préparation : 15 Minutes

Temps de cuisson : 30 Minutes

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Base, Base Sucrée, Pâte À Choux,

Ingrédients

Pour 810 g de pâte (avant cuisson)

110 grammes de Lait 10,56 Centilitres/105,6 Millilitres

100 grammes d'Eau 10 Centilitres/100 Millilitres

8 grammes de Sucre

1 gramme de Sel

125 grammes de Beurre

220 grammes de Farine À tamiser

250 grammes d'Oeufs ou 5 Oeufs

Pour 1,29 kg de pâte (avant cuisson)

176 grammes de Lait 16,9 Centilitres/168,96 Millilitres

160 grammes d'Eau 16 Centilitres/160 Millilitres

12,8 grammes de Sucre

1,6 grammes de Sel

200 grammes de Beurre

352 grammes de Farine À tamiser

400 grammes d'Oeufs ou 8 Oeufs

Pour 648 g de pâte (avant cuisson)

88 grammes de Lait 8,45 Centilitres/84,48 Millilitres

80 grammes d'Eau 8 Centilitres/80 Millilitres

6,4 grammes de Sucre

0,8 gramme de Sel

RECETTE DE LA PÂTE à CHOUX (RECETTE DE MOFS)

100 grammes de Beurre
176 grammes de Farine À tamiser
200 grammes d'Oeufs ou 4 Oeufs

Pour 486 g de pâte (avant cuisson)

66 grammes de Lait 6,34 Centilitres/63,36 Millilitres
60 grammes d'Eau 6 Centilitres/60 Millilitres
4,8 grammes de Sucre
0,6 gramme de Sel
75 grammes de Beurre
132 grammes de Farine À tamiser
150 grammes d'Oeufs ou 3 Oeufs

Pour 324 g de pâte (avant cuisson)

44 grammes de Lait 4,22 Centilitres/42,24 Millilitres
40 grammes d'Eau 4 Centilitres/40 Millilitres
3,2 grammes de Sucre
0,4 gramme de Sel
50 grammes de Beurre
88 grammes de Farine À tamiser
100 grammes d'Oeufs ou 2 Oeufs

Instructions

1. Verser le Lait (110 g ou 10,56 Centilitres/105,6 Millilitres), l'Eau (100 g ou 10 Centilitres/100 Millilitres), le Sel (1 g), le Sucre (8 g) et le Beurre (125 g) dans une casserole, à feu moyen
2. Une fois que le Beurre a complètement fondu, et que le mélange commence à bouillir, retirer du feu
3. Hors du feu, verser la Farine (préalablement tamisée) en une seule fois
4. Il est recommandé de tamiser la Farine au préalable pour éviter les grumeaux
5. Mélanger à l'aide d'une spatule, hors du feu, et travailler en tournant le mélange jusqu'à ce que la Farine absorbe le liquide et forme une boule
6. Une fois que la Farine a absorbé le liquide: Remettre sur le feu, et travailler (mélanger énergiquement la pâte avec la spatule) pendant environ 30 secondes à 1 minute de manière à sécher la pâte
7. Transférer cette pâte dans un large récipient afin de stopper la cuisson
8. Remuer la pâte afin de la refroidir
9. Refroidir la pâte est important : on veut éviter de cuire les Oeufs en omelette !
10. Battre les Oeufs (250 g ou 5 Oeufs), en omelette (pour éviter de coaguler les blancs quand on les ajoute au mélange chaud)
11. Verser les Oeufs en plusieurs fois, tout en battant:

RECETTE DE LA PÂTE à CHOUX (RECETTE DE MOFS)

12. - au robot (genre Kitchen Aid) avec la 'feuille' (appelé parfois le 'K'),
13. - ou manuellement à l'aide d'une spatule et un peu de force !
14. Ne pas verser les Oeufs en une seule fois !!
15. Il faut mélanger énergiquement afin d'incorporer les oeufs et arrêter dès qu'on obtient une texture homogène et brillante
16. Pour la plupart des recettes on a besoin de se servir d'une poche à douille pour pouvoir pocher la forme désirée. Coincer l'extrémité de la poche à douille à l'aide d'un doigt, de manière à boucher afin que la pâte ne sorte pas
17. Remplir la poche à douille avec la pâte
18. Pousser la pâte à l'aide d'une spatule, afin de chasser les bulles d'air
19. Visser

Quel tapis ?

Différents supports:

- Le tapis silicone ("silpat") est pratique, n'a pas besoin d'être graissé et permet de pocher toutes les formes voulues
- Avec du papier sulfurisé : On fait coller le papier sulfurisé avec un peu de pâte dans les angles
- Autre solution plus récente: le tapis aéré avec empreintes SILFORM : C'est un tapis silicone pratique pour pocher des choux ou des éclairs. On peut trouver les "SILFORM" en magasin ou sur internet. Ce tapis a des "micro-trous" qui permettent une bonne diffusion de chaleur, et grâce aux empreintes, on obtient des éclairs réguliers. J'ai acheté le mien à "La Bovida" à Paris.

La Bovida

36 Rue Montmartre

75001 Paris

Quelle douille ?

Il faut choisir quel type de douille vous voulez utiliser : une douille cannelée ou une douille lisse

- La douille cannelée va laisser apparaître des motifs à la cuisson. Certains la préfèrent car elle éviterait aux choux/éclairs de craqueler pendant la cuisson
- La douille lisse : c'est ce que j'utilise le plus souvent. On peut utiliser une douille lisse puis faire des légères marques (stries) avec une fourchette, pour la même raison que j'ai mentionné pour la douille cannelée

Quelle plaque ?

Le mieux est d'utiliser une plaque avec des trous qui permet une meilleure circulation d'air et fait monter les choux/éclairs plus efficacement

Pocher la pâte

On est prêt à pocher la pâte :

- en boules pour des choux,
- en bâtonnets pour des éclairs,
- en cercles pour des Paris-Brest

La pointe

RECETTE DE LA PÂTE à CHOUX (RECETTE DE MOFS)

20. En fonction de la pâte à choux, ou plutôt de sa texture, mais aussi de la douille, on peut obtenir une pointe qui sera disgracieuse après cuisson : il faut la corriger

21. Il suffit de recourber la pointe avec un doigt trempé dans de l'eau

La température de cuisson

La température de cuisson est LE GROS PROBLEME : C'est une recette délicate point de vue cuisson

Si vous vous contentez de suivre les températures de cuisson indiquées dans les recettes, il est probable que vos choux ou éclairs ne seront pas aussi beaux que sur la photo du livre. Je m'en suis rendu compte lorsque j'ai changé de four chez moi : la recette ne marchait plus ! C'est pourquoi j'insiste : Vous devez faire plusieurs essais afin d'"apprivoiser" votre four

Le difficile équilibre à maîtriser:

- Une température trop faible : les choux/éclairs ne gonflent pas, ne font pas de trous à l'intérieur, et peuvent même s'effondrer
- Une température trop élevée : et les choux/éclairs explosent, ou ne seront pas réguliers !

Pour résumer : il faut enfourner à une température assez élevée qui permette à la pâte de lever, mais ensuite il ne faut pas que cette température les fasse "exploser" : d'où une cuisson en deux temps !

- Cuisson 1 temps (je ne recommande pas) : La température est généralement de 180 C à 200 C
- Cuisson 2 temps avec mon ancien four : j'enfournais à 230 C pendant 5 minutes puis je baissais la température à 210 C
- Cuisson 2 temps avec mon nouveau four : j'enfourne à 230 C pendant 1 minute, puis j'éteins le four 5 minutes, puis rallume à 180 C pendant 30 secondes toutes les 3 minutes

Temps de cuisson ?

Le temps de cuisson dépend de la forme et de la quantité des choux : Laisser gonfler puis colorer Trop tôt et les choux vont dégonfler après la sortie du four. Trop tard et ils seront secs comme des crackers

Une astuce, c'est de regarder la couleur des "craquelures" : tant qu'elles sont "jaunes" le chou n'est pas cuit

Par ailleurs il est recommandé d'ouvrir la porte du four 2 ou 3 fois pour faire sortir l'humidité (si le four est trop humide, les choux ne sèchent pas et resteront trop mous)

Avec certains fours, il est même recommandé de laisser la cuillère dans la porte pendant toute la cuisson...

Après cuisson

22. Après cuisson : Retirer les choux de la plaque chaude afin d'arrêter la cuisson, puis idéalement faire refroidir/sécher les choux/éclairs sur une grille

Choux avec craquelin

Le craquelin est une petite croustille qu'on retrouve sur des choux ou parfois des éclairs. A poser sur la pâte à choux avant cuisson

J'ai utilisé cette technique pour mes croquembouches (ICI), ou des choux (ICI)

RECETTE DE LA PÂTE à CHOUX (RECETTE DE MOFS)

Pour utiliser la pâte à choux avec du craquelin, la recette est [ICI](#)

Astuces et Conseils

Pour consulter la liste des Conseils et Astuces pour réussir les Choux, voir [ICI](#)