

ECLAIRS CITRON MERNGUE DE CHRISTOPHE ADAM

- **Type de plat** : Dessert
- **Difficulté** : Moyen
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 25 min
- **Temps de cuisson** : 30 min
- **Calories** : Elevé
- **Pays** : France



Ingrédients pour 20 éclairs lunch ou 10 éclairs normaux

La pâte à chou

- 91g d'eau
- 91 g de lait
- 4 g de sucre en poudre
- 2 g de sel
- 91 g de beurre
- 91 g de farine
- 160 g d'œufs (3 environ, à peser battus)

La meringue italienne

- 150 gr de sucre semoule
- 60 gr d'eau
- 90 gr de blancs d'œuf
- 1 citron vert (pour la déco)

La crème au citron

- 1 gr de gélatine
- 80 gr de jus de citron (1 gros citron et demi ou 2 moyens)
- 100 gr d'œufs battus
- 145 gr de beurre doux
- 100 gr de sucre en poudre
- 15 g de zestes de citrons jaunes

Le nappage neutre

- 100 gr d'eau
- 4 gr de pectine NH (sinon sachets Vitpris qui servent pour la confiture)
- 25 gr de sucre
- 80 gr de sucre
- 6,5 gr de glucose
- 90 gr de blancs d'œuf

Etapas de préparation

LA CREME AU CITRON (à faire à l'avance)

1. Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide.
2. Râpez les zestes, et bien les mélanger au sucre.
3. Faites chauffer au bain marie le jus de citron, les œufs, le sucre, les zestes et la gélatine.
4. Faites cuire à 83 °C ou jusqu'à épaississement.
5. Laissez refroidir à 50/60 °C puis incorporez le beurre en petits morceaux, mixez plusieurs minutes pour lisser la crème.
6. Filmez au contact et laissez au frais 2 heures minimum (l'idéal étant une nuit).

LE NAPPAGE NEUTRE

7. Faire chauffer l'eau à 50°C.
8. Mélanger à sec la pectine et les 25g de sucre puis l'incorporer progressivement au fouet dans l'eau tiédie.
9. Incorporer ensuite le sucre restant et le glucose puis porter le tout à ébullition.
10. Chinoiser, filmer au contact (il faut que le film plastique touche le nappage).
11. Laisser refroidir.
12. Conserver au réfrigérateur à 4°C.

LA PATE A CHOUX

13. Préchauffez le four à 180° (200° pour moi).
14. Dans une casserole, portez à ébullition l'eau avec le beurre en parcelles, le sucre et le sel.
15. Hors du feu, ajoutez la farine tamisée en une seule fois et mélangez vigoureusement avec une spatule.
16. Remettez sur le feu doux pour dessécher la détrempe, sans cesser de remuer, la pâte ne doit plus adhérer au récipient et à la spatule (2-3min).
17. Retirez du feu et placez la détrempe dans un saladier.
18. Incorporez les œufs un à un en mélangeant bien à chaque fois.
19. Mettez la pâte dans une poche à douille munie d'une douille cannelée de 1 à 1,5 cm de diamètre.
20. Sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé ou un tapis silicone, dressez la pâte en boudins parallèles en les espaçant un peu. Pour des éclairs lunchs, la longueur est d'environ 6 cm (j'ai utilisé un cure-dents comme repère !). Pour des éclairs normaux 13 cm sur 2cm.
21. Enfournez 35 min environ pour de grands éclairs (j'ai baissé à 180 au bout de 10 min), jusqu'à obtenir une belle couleur, puis laissez refroidir sur une grille.

LA MERINGUE ITALIENNE

22. Faire chauffer le sucre avec un peu d'eau.
23. Quand le sucre est à 110° ou un peu avant, commencer à monter les blancs en neige avec une pincée de sel (ou une goutte de jus de citron) et 10 g de sucre.
24. Entre 118 et 121° (les œufs doivent être montés), verser le sirop de sucre en un mince filet, sur le bord, tout en battant les œufs.
25. Continuer à battre jusqu'à refroidissement (40° environ).
26. La mettre dans une poche à douille Saint-Honoré

LE MONTAGE

27. Garnissez les éclairs de crème en faisant 2 trous (là, je les ai faits sur le dessus car la meringue les masquera).
28. Passez du nappage neutre et réservez au frais quelques instants. Réalisez la meringue italienne et à l'aide d'une poche à douille et d'une douille à St Honoré, pochez la sur le haut des éclairs et caramélisez la à l'aide d'un chalumeau.
29. Râpez un citron vert pour la déco.

