



**Temps de préparation : 30 mn**  
**Temps de cuisson : 1 h**  
**Temps Total : 1 h 30**

**Difficulté : Faible**

**Budget : Faible**

## Ingrédients pour environ 30 gougères

### **Pâte à choux**

- > 75 gr d'eau
- > 75 gr de lait
- > 3 gr de sel
- > 70 gr de beurre
- > 80 gr de farine
- > 150 gr d'œuf (soit 3 œufs moyens)
- > Gruyère râpé

### **Garniture**

- > 80 gr de beurre
- > 80 gr de farine
- > 1/2 de lait environ
- > 1 càc de muscade
- > 100 gr de parmesan râpé
- > un jaune d'œuf

### Matériels particuliers :

- > 2 poches à douille
- > 2 douilles de 8 mm
- > une feuille de cuisson

## Préparations

### **Garniture**

Faire tiédir le lait.

Dans une casserole, faire fondre le beurre. Lorsqu'il est fondu, ajouter d'un coup la farine remuer pour obtenir un mélange homogène. Ajouter ensuite le lait par petites quantités jusqu'à obtenir une crème lisse et onctueuse, elle ne doit pas être trop liquide. Ajouter alors le parmesan et le jaune d'œuf. Assaisonner et mettre dans une poche à douille munie d'une douille de 8mm. Laisser refroidir totalement.

### **La pâte à choux**

Battre légèrement les œufs, peser 150gr et diviser en 3 portions égales.

Dans une casserole mettre le lait, l'eau, le sel et le beurre et porter à ébullition. Veiller à ce que le beurre soit entièrement fondu. Hors du feu ajouter en une seule fois la farine et remuer à la cuillère jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Remettre alors à feu doux pendant 2 mn sans cesser de remuer à la cuillère puis débarrasser dans un cul de poule.

Ajouter alors la première partie des œufs. Remuer à la cuillère en prenant soin de bien faire rentrer de l'air dans la préparation. Ajouter ainsi chaque portion d'œuf en veillant à ce que tout l'œuf soit intégré avant d'ajouter la portion suivante. Lorsque la pâte forme un ruban bien lisse elle est prête. Débarrasser dans une poche à douille munie d'une douille de 8mn.

Préchauffer le four à 240°C.

Sur une feuille de cuisson, pocher des choux de pâte en les espaçant bien pour faciliter une cuisson homogène. Sur le dessus, venir déposer un peu de gruyère râpé.

Eteindre le four et enfourner pendant 20 mn. Puis rallumer le four à 180°C et continuer la cuisson pendant 20mn le tout sans jamais ouvrir la porte du four. Faire plusieurs fournées si nécessaire.

Laisser refroidir les choux sur une grille à pâtisserie.



# Gougères

(Recette de base)



## **Pour le montage**

Lorsqu'ils sont froids, à l'aide d'un petit couteau, pratiquer une incision sous les choux. Garnir les choux avec la préparation. Servir à température ambiante.

## **Astuces**

Cette recette est une recette de base, mais on peut s'amuser avec les gougères en y mettant tous les goûts que l'on veut :

- Remplacer la muscade par une autre épice,
- Infuser le lait de la garniture avec un ingrédient particulier (lard, chorizo, ...),
- Remplacer le lait de la garniture par un fond de sauce de viande ou de poisson,
- Remplacer le parmesan par le fromage de son choix (chèvre, comté, ...),
- ...

