

Choux à l'ail des ours

Hello les gourmands,

Le printemps est enfin là. Parmi les trésors de la saison, l'ail des ours se distingue par son goût délicatement aillé et sa couleur éclatante. Cueilli en sous-bois dès les premiers jours ensoleillés, il sublime de nombreuses recettes. Sur notre blog, vous avez déjà pu découvrir la recette de [la roulade à l'ail des ours](#) et celle de [la tarte asperges-ail des ours](#) que vous avez adorées!

Aujourd'hui, nous vous proposons une nouvelle recette afin de mettre en avant cette herbe : des choux salés en forme de fleur, garnis d'une onctueuse crème à la ricotta et à l'ail des ours. Une bouchée de printemps idéale pour un apéritif frais et savoureux.

C'est parti pour la recette! Afin de réaliser **16 choux en forme de fleur**, il vous faudra :

Craquelin ail des ours

- 30gr de beurre
- 40gr de farine
- 40gr de parmesan râpé
- 1 pincée de sel
- 5 feuilles d'ail des ours

Pâte à choux

- 62gr de lait
- 62gr d'eau
- 55gr de beurre
- 2 pincées de sel
- 1 pincée de sucre
- 70gr de farine
- 2 œufs

Pesto ail des ours

- 13gr d'amandes allumettes
- 25gr d'ail des ours
- 13gr de parmesan râpé
- 35gr d'huile d'olive

Crème ail des ours et ricotta

- 250gr de ricotta
- 100gr de Philadelphia
- 60gr de pesto à l'ail des ours
- 5 feuilles d'ail des ours
- 5 tours de moulin à poivre
- 2 pincées de sel



Tout d'abord, nous allons réaliser le craquelin. Celui-ci est essentiel pour obtenir des choux bien réguliers.

Craquelin ail des ours

Dans un bol, versez **30gr de beurre**, **40gr de farine** et **40gr de parmesan râpé**. Ajoutez encore **1 pincée de sel** et ciselez finement **5 feuilles d'ail des ours**.

A la main, mélangez bien tous les ingrédients afin de former une belle boule de pâte.



Une fois une belle pâte obtenue, placez-la sur une feuille de papier cuisson et recouvrez-la d'une autre feuille. A l'aide d'un grand rouleau à pâtisserie, étalez-la le plus finement possible. Déposez le tout au **congélateur** pendant que l'on prépare la pâte à choux.

Nous allons maintenant pouvoir passer à la réalisation de la pâte à choux.



Pâte à choux

Dans une casserole, versez **62gr de lait** et **62gr d'eau**. Ajoutez **55gr de beurre**, **2 pincées de sel** et **1 pincée de sucre**. Chauffez le tout à **feu moyen** afin que le beurre fonde dans le mélange liquide.



Une fois celui-ci à ébullition, versez **70gr de farine** et réduisez à **feu doux**. Avec une **cuillère en bois**, **desséchez la pâte**. Cette étape est essentielle pour que les choux gonflent à la cuisson. Mélangez énergiquement. Une boule va se former progressivement. La pâte est suffisamment desséchée une fois qu'elle se décolle de la casserole et qu'une petite pellicule se forme au fond de la casserole.

Versez la pâte dans un bol. A l'aide de la feuille (bateur K), mélangez environ **30 secondes à vitesse 1**. Avec une fourchette, battez légèrement **2 œufs** dans un pichet, cela facilitera leur incorporation par la suite.

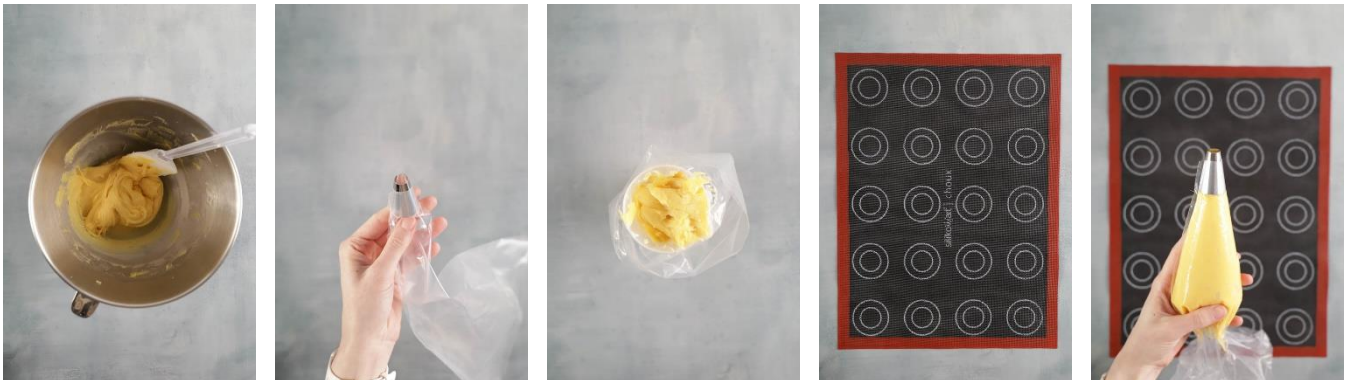
Préchauffez votre four à 180°C, chaleur tournante. Ajoutez les **œufs petit à petit** en laissant le robot **tourner à petite vitesse**.



Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte bien homogène et brillante.

Préparez une poche à douille, munie d'une douille ronde de 12 mm et placez la pâte à choux à l'intérieur. Afin de remplir proprement la poche, aidez-vous d'un pichet.

Pour réaliser **16 petites fleurs**, préparez une plaque perforée recouverte d'un tapis perforé avec des empreintes, afin d'avoir une forme bien régulière.



Pochez **5 petits choux pour former une fleur**. Aidez-vous de la **plus grande empreinte** et laissez bien le centre de la fleur vide. Il est important que les choux soient collés entre eux, sinon ils risqueraient de se casser lors du garnissage. Une fois toute la pâte à choux pochée, sortez le craquelin du congélateur.

Munissez-vous d'une douille ronde de 20 mm et découpez des petits cercles de craquelin avec cette dernière. Déposez **un rond de craquelin sur chaque chou**.

Enfournez au milieu du four préchauffé, **pendant 20 minutes**. N'ouvrez surtout pas la porte avant la fin de la cuisson, sinon vos fleurs risqueraient de retomber. **Après 20 minutes, les choux sont bien dorés**. Laissez-les refroidir à **température ambiante**.

Je vous conseille de les réaliser la veille. Une fois totalement refroidis, emballez-les bien dans un sachet zip. Ils seront plus faciles à couper.

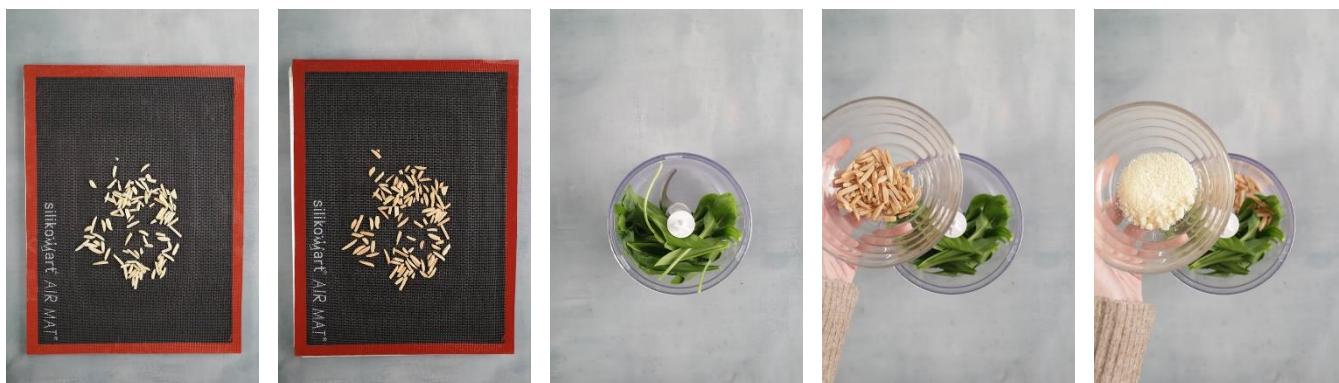
Nous allons maintenant pouvoir préparer la crème afin de garnir nos fleurs. Pour ce faire, nous allons commencer par réaliser un pesto à l'ail des ours.



Pesto ail des ours

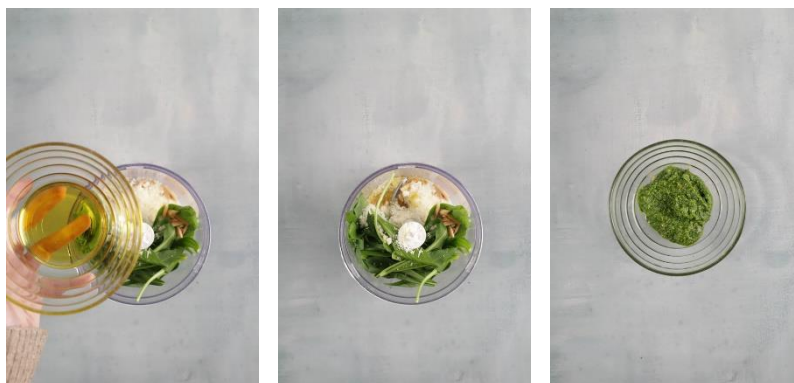
Commencez par torréfier **13gr d'amandes allumettes**. Pour ce faire **préchauffez votre four à 180°C, chaleur tournante**. Sur une plaque perforée recouverte d'un tapis perforé, versez-y les amandes. Enfournez **pendant 12 minutes au milieu du four**. Une fois torréfiées, laissez les amandes refroidir totalement.

Nous allons maintenant pouvoir réaliser le pesto. Dans un mixeur, versez **25gr d'ail des ours frais**, les **13gr d'amandes allumettes torréfiées** et **13gr de parmesan râpé**.



Pour finir, ajoutez **35gr d'huile d'olive** et **mixez le tout jusqu'à obtenir une purée bien fine**. Voilà, notre pesto est prêt! :) **Réservez-le au frigo**.

Dernière étape de la recette : la crème à l'ail des ours et à la ricotta.



Crème ail des ours et ricotta

Dans un bol, versez **250gr de ricotta** et **100gr de Philadelphia**. Ajoutez **60gr de pesto** réalisé juste avant et ciselez finement **5 feuilles d'ail des ours**.



Assaisonnez de **5 tours de moulin à poivre** et **2 pincées de sel**. Mélangez à l'aide d'un fouet afin d'obtenir une crème bien homogène, **goûtez et rectifiez l'assaisonnement selon vos goûts**.

Munissez-vous d'une poche à douille et d'une douille étoile de 10 mm. Transvasez la crème dans la poche à douille et **réservez-la au frigo**, jusqu'au moment du garnissage des choux.



Nous allons maintenant pouvoir garnir les choux. Pour ce faire, coupez-les en **deux dans le sens de la longueur avec un petit couteau à dents**. **Attention, c'est très fragile!** Il est important que la partie du bas reste en une seule pièce, afin de garder la forme de la fleur.

Pochez de la crème dans chaque petits choux et recouvrez-les de leur partie supérieure. Voilà le résultat, des fleurs en pâte à choux aux saveurs printanières.

Elles se garderont pendant **2 jours au frigo, bien emballées dans une boîte**.

J'espère que cette recette vous plaira. Je vous souhaite un bon dimanche les gourmands!

Sophie

