

Une délicieuse galette des Rois



La galette des Rois se déguste en famille à partir du 6 janvier et l'on prolonge ce plaisir jusqu'à fin janvier.

Pourquoi faire une galette au lieu de l'acheter? Pas seulement pour le prix plus bas qu'en magasin, mais surtout pour la faire à son goût. L'ingrédient le plus coûteux est l'amande. Pour vendre la galette moins cher (ou pour faire plus de profit), certains artisans et industriels ont tendance à mettre trop de beurre et de sucre. Résultat: la galette est, certes, moelleuse mais lourde et peu digeste. Ici, je vous propose une galette avec ce qu'il faut, vous sentirez bien l'amande de la préparation frangipane, et elle sera même diététique et plus légère si vous le désirez.

La recette est vraiment pour 8-10 personnes. Si vous êtes 6, les parts seront énormes. Alors, réduisez le diamètre en posant une assiette ou un fond de moule au centre du rond de pâte et découpez-la autour, puis adaptez les proportions des ingrédients en conséquence. Pour 4 personnes, achetez un rond de pâte, pliez-le en deux comme un chausson, et divisez les ingrédients par 2.

Ingrédients pour une galette de 8 à 10 personnes:

- 2 ronds de pâtes feuilletées tout prêts. *N'achetez pas une pâte premier prix, mais la plus cher, d'une bonne marque et au beurre, sinon, la pâte ne sera pas croustillante et sera sèche; la qualité à un prix. J'ai fait le test et la différence est flagrante.*
- 250g d'amandes en poudre
- 60g de sucre, 80g de fructose
(ou 130g de sucre)
- 50g de beurre, 50g de margarine
(ou 100g de beurre)
- 100g de fromage blanc
- 2 gros œufs et 1 petit œuf
- Arôme amande amère
- 1 fève



Étapes de fabrication:

1. Faites préchauffer le four thermostat 7 (220°).
2. Dans un saladier, mélangez la poudre d'amande et le sucre. Mélangez **1 minute** environ, tout doit être bien réparti.
3. Mettez le beurre et la margarine au four à micro-onde pendant 30s à 300w (ou décongélation), afin que le beurre soit pommade (très mou), mais pas fondu.
4. Ajoutez le beurre, la margarine, le fromage blanc et 2 œufs dans le saladier, puis mélangez bien pendant **3 minutes**. La préparation doit être lisse.



5. Ajoutez 1 cuillère à café d'arôme d'amande amère. Mélangez encore **1 minute**.



6. Déroulez le premier rond de pâte feuilletée en gardant le papier sulfurisé sur une plaque à pâtisserie.



7. Étalez la préparation frangipane sur la pâte en laissant un bord de 2 cm environ.



8. Placez la fève dans la pâte, de préférence sur le bord. Vous aurez moins de chance de la découper et la surprise durera plus longtemps, car on mange la part de galette du centre vers la croûte.



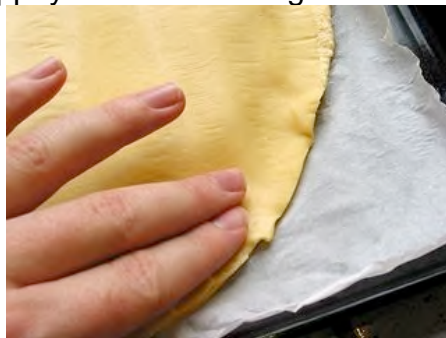
9. Cassez un petit œuf et séparez le blanc du jaune.

10. Avec un pinceau, badigeonnez les bords avec le blanc d'œuf.



11. Recouvrez avec le deuxième rond de pâte feuilletée. Attention, cette opération est délicate, la pâte doit être au centre. Plusieurs méthodes existent selon votre habilité. Réfléchissez, car vous n'avez qu'un seul essai. Sinon, tout va coller à la pâte et la galette sera ratée. Déroulez le rond de pâte lentement d'un bord à l'autre afin d'éviter de piéger des bulles d'air qui gonfleraient la galette lors de la cuisson.

12. Soudez les bords en appuyant avec les doigts.



13. Avec une lame ou un cutter, faites un motif sur la pâte (un quadrillage, des lignes courbes, une croix, ...).



14. Ajoutez une cuillère à soupe d'eau au jaune d'œuf et badigeonnez le dessus de la pâte avec le pinceau (que vous aurez nettoyé avant pour enlever le blanc d'œuf).



15. Mettez au four. **Attention**, ce dernier point est très délicat.

Si vous disposez d'un four normal, c'est-à-dire qui ne chauffe pas trop vite et pas trop fort:

- Cuisson sur convection (pas de chaleur tournante) 10 minutes à 220° (TH 7), puis 20 à 25 minutes à 150° (TH 5).

Si votre four chauffe rapidement et fortement (il est trop performant par rapport aux temps indiqués sur les recettes, il a une grande inertie thermique, c'est-à-dire que sa température baisse lentement quand il est chaud):

- Cuisson sur convection (pas de chaleur tournante) 10 minutes à 200° (TH 6,5), puis 15 minutes à 150° (TH 4,5).

Dès que la galette a une belle couleur brune brillante, retirez-la du four.



Laissez tiédir une petite heure et n'attendez plus, dégustez-la !