

Clafoutis Limousin

Cerise, Abricot, Framboise, Pomme...



Une recette traditionnelle délicieuse, très simple et rapide à réaliser. Il n'y a aucune technique ou tour de main, tout se fait en une fois. La pâte à clafoutis accompagne les fruits de saison, sucrés, acidulés et juteux. Il n'est pas très esthétique, mais il est si gourmand...

Pour bien le réussir, il faut recouvrir les fruits de pâte en laissant apparaître leurs sommets, mais pas en mettre plus, sinon le clafoutis sera lourd. Le fruit doit toujours primer sur la quantité de pâte.

Quantité pour un grand plat à gratin (33 × 20 × 5 cm, 8 à 10 personnes) :

- 1 kg de cerises, d'abricots ou d'autres fruits acidulés,
- 150 g de sucre de canne blond en semoule (*135 g pour les cerises*),
- 150 g de farine de blé tous usages de type T65 (*135 g pour les cerises*),
- 45 cl de lait entier (ou 30 cl de lait et 15 cl de crème liquide entière) (*40 cl pour les cerises*),
- 210 g d'œufs (casser et peser 4 à 5 œufs sans les coquilles) (*185 g pour les cerises*),
- 1 fève tonka (1,2 g) à râper (la meilleure association), ou 4,5 g de vanille en poudre ou 15 ml d'extrait de vanille liquide (*1 g / 4 g / 13 ml pour les cerises*),
- Beurre ou margarine pour le moule.

Si les fruits sont très sucrés, on peut réduire la quantité de sucre semoule de 10%.

Cerise : laver, sécher et équeuter les cerises. Garder les noyaux ou pas. Les noyaux apportent un gout d'amande amer. Ajuster la quantité de pâte en retirant 10% de proportion. Les cerises sont plus lourdes, il faut 10% de pâte en moins et donc réduire le temps de cuisson de 3 minutes.

Abricot : les couper en deux, les dénoyauter et poudrer la chair du fruit d'un peu de sucre avant de faire la pâte.

Pomme acidulée, poire ou ananas : les éplucher et les couper en tranches.

Framboise ou d'autres baies acidulées : diviser les quantités au moins par deux pour qu'une seule couche de fruits soit apparente. L'épaisseur de la pâte sera faible et la cuisson plus rapide, autour de 30 minutes, voire moins. Et pourquoi pas, diviser les quantités par trois et cuire dans une poêle de 24 cm, beurrée, sur feu moyen/chaud autour de 20 minutes.

Verser tous les ingrédients de la pâte dans un grand saladier : sucre, farine, lait, œufs et tonka ou vanille. Mixer le tout au mixeur plongeant pendant 2 à 3 minutes pour avoir une pâte lisse sans grumeau (comme une pâte à crêpe).

Beurrer le plat à gratin, y déposer les fruits, puis verser la pâte sur les fruits. Laisser apparaître les sommets des fruits et arrêter de verser la pâte restante. S'il y a trop de pâte, le clafoutis sera lourd. Mettre le reste de pâte de côté (elle se conserve 2 jours au réfrigérateur) ou faire un petit clafoutis avec d'autres fruits. On peut aussi faire des crêpes avec le reste.

Dans un four préchauffé, cuire le clafoutis pendant 40 à 45 minutes environ à 170° en chaleur tournante ou à 180° en convection. Si les quantités sont divisées par 2, cuisson de 30 à 35 minutes. Les temps dépendent de l'épaisseur. Lorsqu'il est légèrement doré et à peine tremblotant au centre, sortir le plat du four. Dès la sortie du four, séparer ou décoller les bords du moule du clafoutis avec un couteau pour éviter la formation de crevasses au refroidissement de la pâte.

Pour lui donner un bel aspect brillant, le napper d'une légère couche de confiture ou de gelée de fruit rouge (cerise, framboise, groseille, myrtille ou abricot). En option, pour compléter avec une texture croquante, saupoudrer le dessus d'un peu de noix de coco râpée, d'amandes ou de noisettes en poudre caramélisées, d'un crumble avec quelques épices douces...

Le clafoutis se mange tiède ou froid et se conserve au moins 5 jours au réfrigérateur.