

# Meringue à l'ancienne, croustillantes et fondantes à la fois (Gluten Free)

écrit par Karim



J'ai longtemps cherché la recette idéale de la meringue parfaite et pour tout vous avouer j'avais abandonné l'idée. Puis, un jour un collègue m'a dit « j'ai trouvé le temps de cuisson parfait pour les meringues ». Je me suis empressé de tester sa recette et malheureusement ce n'était pas non plus le résultat que je recherchais. Je voulais une meringue craquante à l'extérieur, légèrement moelleuse à l'intérieur et surtout qui ne brunisse pas.

Certains me diront qu'il faut mettre du colorant, ce n'est pas faux mais je n'aime que les meringues blanches. Allez savoir pourquoi ...

Au détour de mes longues recherches sur Internet, j'ai récupéré pleins d'informations. Malheureusement, on ne trouve jamais les mêmes quantités de blanc d'œuf, on ne sait jamais s'il faut utiliser uniquement du sucre semoule ou combiner avec du sucre glace et pour moi le plus important est de savoir à quelle

température il faut les cuire.

Finalement, un soir, alors qu'il me restait beaucoup de blanc d'œufs (j'en ai au moins 400 g toute les semaines), j'ai de nouveau tenté l'aventure de la meringue. Et le résultat fût au rendez-vous. Dorénavant, vous aurez dans votre éventail de recettes, celle des meringues, aussi belles qu'en boulangerie.

Il faut compter environ **10 minutes** de préparation et **2 heures de cuisson** basse température pour réaliser ces merveilleuses meringues.

### **Ustensiles nécessaires pour cette recette :**

- 1 robot pâtissier
- 1 cuillère
- 1 ou plusieurs poches à douilles (optionnel)
- 1 ou plusieurs douilles (optionnel)
- Papier sulfurisée
- Plaque de pâtisserie perforée
- Colorant alimentaire (optionnel)

### **Ingrédients :**

- 100 g de blanc d'œufs à température ambiante
- 100 g de sucre semoule blanc
- 100 g de sucre glace

### **Étapes de préparation :**

Avant de commencer, lisez toutes les étapes au moins une fois et préparer tous vos ingrédients.

Verser **les blanc d'œuf** (100 g) dans le bol du robot pâtissier.

Par dessus, verser **le sucre semoule blanc** (100 g) et **le sucre glace** (100 g). Et oui, on met tout de suite, ça ne sert à rien d'attendre que les blancs commencent à mousser.



Utiliser le fouet du robot pour cette recette. Placer le bol puis démarrez le robot à la **vitesse 2 pendant 30 secondes** pour éviter d'en projeter partout puis **puissance maximum pendant 10 minutes**.

Si vous souhaitez ajouter du colorant, attendez 2 minutes arrêtez le robot et ajoutez le colorant.



Après **10 minutes**, vous devez avoir une préparation bien ferme et très collante. Ici, oublier le bec d'oiseau, ça ressemble plutôt à de la colle MAP (*si vous avez quelques trous à rebouchez, c'est peut-être possible*).



Allumer le four à **85°C** chaleur tournante.

Le plus simple pour coucher vos meringues est d'utiliser une cuillère. En fonction de la taille que vous souhaitez avoir, versez une ou plusieurs cuillères de préparation sur une plaque à pâtisserie perforée, munie d'une feuille de papier sulfurisé.

Vous pouvez également utiliser une poche avec n'importe quelle douille et laisser libre cours à votre imagination. Vous pouvez même écrire 'Joyeux anniversaire' et le poser sur votre gâteau d'anniversaire. Attention, c'est très fragile.



Enfourner à mi-hauteur vos meringues pour **2 heures**. Inutile d'ouvrir la porte du four pour laisser s'échapper la vapeur.

Pour ma part, je prépare toujours les meringues le soir et je les laisse sécher toute la nuit dans le four porte fermée.

Pour les conserver correctement, placez-les dans une boîte métallique.



### Informations utiles :

→ Si vous ne possédez pas de robot pâtissier, oubliez l'idée des meringues, c'est impossible. Certains vous diront d'utiliser un batteur électrique, c'est possible mais vous n'obtiendrez jamais une texture compacte et collante.

→ Le calcul pour les quantités de sucre est vraiment très simple, vous doublez la quantité de sucre (moitié sucre semoule moitié sucre glace) par rapport à la quantité de blanc d'œuf. Si vous devez préparer une grosse quantité de meringue, augmentez le temps de préparation avec le robot.

- Vous pouvez utiliser 2 plaques de cuisson en même temps, placez toujours les plus grosses meringues en haut.
- Vous pouvez ajouter quelques gouttes de citron si vous souhaitez les conserver plusieurs jours.
- Placez-les dans une boîte métallique non hermétique. Elles vont continuer de sécher. Personnellement, je les conserve 2 semaines sans aucun souci dans un endroit sec (mon arrière cuisine). Passé ce délai, je trouve qu'elles se ramollissent.
- Attention, les meringues sont très sensibles à l'humidité et elles ne doivent surtout pas être placées au réfrigérateur.

Prenez le temps de cuisiner et surtout, faites-vous plaisir ...