

Galette des roi allégée



on travaille ici pour une galette de 6 personnes,
nous réaliserons une crème pâtissière ainsi qu'une crème d'amande allégée,

Ingrédients :

crème pâtissière :

50cl lait entier
50g farine
100g sucre
1/2 gousse de vanille
2 jaunes d'œufs

2 pâtes feuilletées

crème d'amande allégée

80g de poudre d'amande
20cl de crème épaisse
2 œufs

Mise en œuvre

Crème pâtissière

- faire chauffer le lait et la vanille
- Mélanger les jaunes d'œufs et le sucre. Blanchir légèrement puis ajouter la farine 50
- Verser une partie du lait chaud sur le mélange puis délayer
- Verser le mélange lait œuf dans la casserole puis cuire jusqu'à épaississement,
- réserver.

Crème d'amande

- Battre les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange mousse
- Incorporer la poudre d'amande et terminer par la crème épaisse.

Pour réaliser une frangipane (la crème qu'il y a dans les galettes), il vous suffit de mélanger ces deux crèmes.

Montage et cuisson :

- Préchauffer le four à 180°
- Disposer une pâte feuilletée sur plaque de cuisson (lèche frite à la maison).
- Disposer la frangipane à l'aide d'une poche à douille en escargot en partant du centre de la pâte.
- **Attention : laissez 2 à 3 cm de libre sur le bord de la galette afin pouvoir bien coller la seconde pâte.**
- Déposer une fève de votre choix, recouvrez de la seconde pâte, **bien souder** les pâtes ensemble.
- A l'aide d'une pointe de couteau, décorer votre galette, dorer avec un jaune d'œuf.
- Enfourner votre galette pendant 30 à 40 minutes