

MES BASICS

Les macarons

plus faciles qu'on le croit

L'Empreinte

Mon petit mot

Mes premiers macarons, je m'en souviens encore. Avant de me lancer, j'avais tout lu : les forums, les blogs, les vidéos... Partout, on disait que c'était très difficile. Je me suis mis une sacrée pression. Et puis... je les ai réussis du premier coup. Un petit miracle, une vraie victoire !

Avec le recul, j'en suis sûre : les macarons, ce n'est pas si compliqué, **si on ne se prend pas la tête**. Ce qui compte, ce sont quelques gestes clés et apprendre à connaître son four. Je t'offre ici ma recette des coques, mes trucs et astuces et mes garnitures préférées.

Avant de commencer

- **Le tant pour tant se prépare la veille** : poudre d'amandes et sucre glace tamisés ensemble.
- **Pèse tout au gramme près**, même le blanc d'œuf.
- **Travaille dans une pièce sèche**, portes et fenêtres fermées.
- **Matériel** : une balance, un tamis, un batteur, une maryse souple, une poche à douille, du papier sulfurisé et le gabarit à imprimer.

Ma recette des coques

Meringue française · Cuisson : environ 15 min à 140° · Difficulté : moyenne

- 1 Mixe et tamise ensemble le sucre glace et la poudre d'amandes.
- 2 Monte les blancs. Une fois mousseux, ajoute le sucre en poudre cuillère à soupe par cuillère à soupe, en 3 fois, jusqu'à obtenir une meringue **lisse, ferme et brillante**.
- 3 Si tu fais une seule couleur, ajoute le colorant à cette étape.
- 4 Avec une maryse, mélange la moitié des blancs avec le mélange amandes et sucre glace pour **détendre la pâte**.
- 5 Ajoute le reste des blancs, puis **macaronne** : la pâte doit former un ruban.
- 6 Poche en quinconce, tapote la plaque, puis enfourne à **140°** pendant environ 15 minutes.

Les quantités

Le tant pour tant	80 g de sucre glace 80 g de poudre d'amandes
La meringue	66 g de blancs d'œufs à température ambiante 80 g de sucre en poudre colorant (facultatif)
La cuisson	140° en chaleur tournante, environ 15 à 16 minutes

Mes trucs et astuces

Le tant pour tant	Pèse le même poids de poudre d'amandes et de sucre glace, un peu plus pour compenser la perte au tamisage. La veille, tamise l'un puis l'autre, mélange et tamise encore. Garde en boîte hermétique.
Le macaronnage	Ne rends pas la pâte trop liquide : elle doit former un ruban quand tu la soulèves avec la maryse. Vérifie régulièrement.
Le croûtage	Personnellement, je ne le fais pas. Libre à toi : il peut éviter qu'ils penchent ou se craquellent. Quand le doigt posé dessus reste sec, ils sont prêts.
La cuisson	Ma cuisson : 140° chaleur tournante, 15 à 16 min. Chez toi, peut-être 150° / 14-15 min. Jamais plus de 150°. Dès la 10e minute, pose le doigt dessus : si le dessus bouge, ce n'est pas cuit. Ouvre la porte 1 ou 2 fois à mi-cuisson. Macarons clairs : 120° et plus longtemps.
La régularité	Glisse le gabarit sous le papier sulfurisé, et retire-le avant d'enfourner !
La déco	Juste après le pochage : sucre coloré, micro-perles, cacao, gavottes, spéculoos... Jamais de vermicelles en chocolat (ils fondent). Les poudres irisées à la fin, sur les macarons froids.

Mon astuce

- Des recettes, il y en a partout. N'aie pas peur d'essayer et de recommencer jusqu'à trouver **ta** cuisson : c'est comme ça qu'on apprend !

Mes garnitures

La méthode pour toutes les ganaches : fais fondre le chocolat, fais bouillir la crème, verse-la en trois fois en mélangeant vivement à la maryse depuis le centre, filme au contact et mets au frais.

Chocolat noir	100 g de chocolat noir (50 à 65 %) · 100 g de crème entière 30 % · 15 g de beurre doux (facultatif, à la fin)
Chocolat au lait	150 g de chocolat au lait · 100 g de crème · au moins 4 h au frais
Chocolat blanc	180 g de chocolat blanc · 100 g de crème
Praliné	200 g de chocolat praliné · 100 g de crème
Pistache	250 g de chocolat blanc · 150 g de crème · 25 g de pâte de pistache (dans la crème qui bout) · 2 g d'amande amère · colorant à la fin
Ruby	150 g de chocolat Ruby · 50 g de crème
Café	200 g de chocolat blanc · 100 g de crème · 2 c. à café de café soluble (dans la crème chaude)
Pâte à spéculoos	250 g de spéculoos mixés · 200 ml de lait concentré non sucré · 1 c. à soupe de miel · ½ c. à café de cannelle. Chauffe le lait, le miel et la cannelle, ajoute aux spéculoos, mixe. 4 h au frais.
Cœur façon Bueno	4 sachets de Kinder Bueno (8 barres) · 170 g de chocolat au lait. Fais fondre à feu moyen en remuant et en écrasant. Laisse tempérer avant de pocher.
Caramel beurre salé	80 g de sucre · 45 g de crème · 35 g de beurre salé. Caramel ambré à sec, verse la crème chaude, mélange, ajoute le beurre. Laisse figer au frais.

Mon conseil

- Sors ta ganache du frigo **15 à 30 minutes** avant de pocher : elle doit avoir la texture d'une pâte à tartiner.

Conservation

- Laisse les coques refroidir complètement avant de les décoller et de les garnir.
- Une fois garnis : 1 h au frigo, puis en boîte hermétique, **1 semaine**.
- Coques vides : jusqu'à **10 jours** au frigo, et elles se congèlent parfaitement.
- Coques congelées : l'avant-veille, garnis-les sans les décongeler, puis 48 h au frigo.
- **Le secret** : mange-les 24 à 48 h après les avoir garnis, croustillants dessus, moelleux dedans.

À retenir

- Le tant pour tant **la veille**.
- Une pâte **en ruban**, pas trop liquide.
- Ton four est unique : jamais plus de **150°**.
- **24 heures** au frais avant de les manger.
- Et surtout : ne te mets pas la pression !

Mes essais

Date

Parfum

Ce qui a marché / ce que je change

L'Empreinte

Retrouve toutes mes recettes « Mes Basics » et « Goûters du Mercredi » sur **empreinte-mp.com**

Fiche offerte : tu peux la partager librement. Revente interdite.