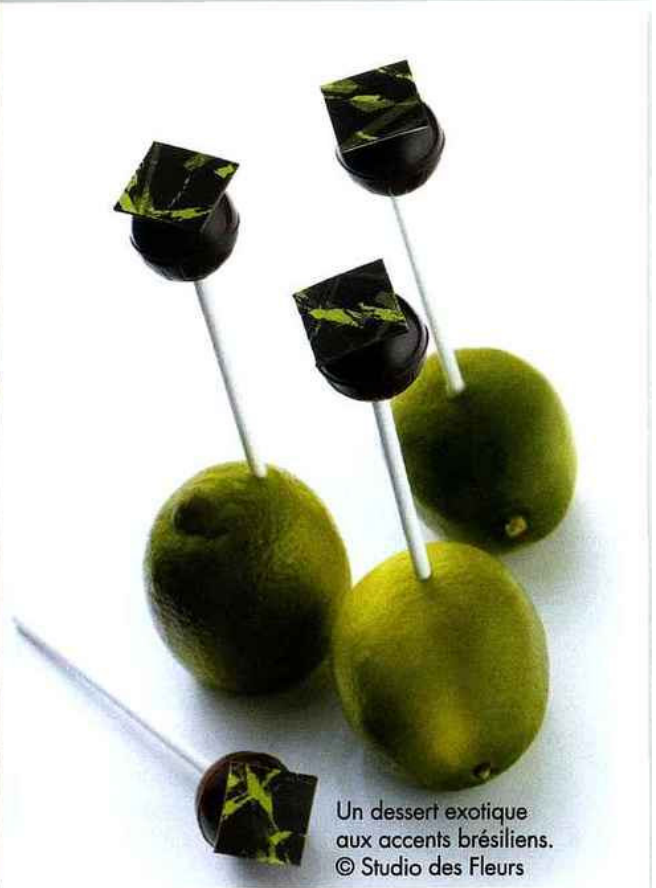


Christophe Michalak nous propose des gourmandises légères en calories.
© Studio des Fleurs



Un dessert exotique aux accents brésiliens.
© Studio des Fleurs

Innovations chocolatées

Se faire plaisir sans culpabiliser : qui n'en n'a pas rêvé ? Avec ces recettes de pâtisseries au **maltitol**, Christophe Michalak nous offre l'occasion de déguster des desserts chocolatés gourmands à la teneur en sucre réduite. Laissez-vous tenter.

On ne présente plus Christophe Michalak, chef pâtissier du Plaza Athénée*** depuis 2000 et champion du monde de pâtisserie 2005. Créateur de douceurs exquises aussi diverses que la Religieuse au caramel beurre de sel, les Macarons pêche melba ou les Bisounours en guimauve, cet éternel gourmand est toujours ouvert aux nouvelles expériences. Ainsi, il utilise régulièrement pour ses créations le maltitol SweetPearl™, un glucide issu de deux céréales : le blé et le maïs. Utilisé dans la réalisation de bonbons et de desserts en chocolat, le maltitol permet jusqu'à 100 % de réduction en sucres et jusqu'à 30 % de réduction en calories. Un atout de taille pour tous les gourmands et ceux qui souhaitent surveiller leur ligne tout en se faisant plaisir. A noter : actuellement, le maltitol SweetPearl n'est pas disponible en magasins, mais uniquement sur internet.

Informations : voir le Carnet d'adresses.

Sucettes Caipirinha

Ingrédients pour 20 sucettes :

Ganache noire au citron vert :

170 g de jus de citron vert frais	20 boules creuses au chocolat noir au maltitol
40 g de maltitol SweetPearl™	20 bâtons de sucette
zeste d'un citron vert	20 carrés de chocolat noir au maltitol de 2 cm de côté avec une impression vert jungle
60 g de crème fraîche	
200 g de couverture au chocolat noir au maltitol	
10 g de rhum brun	

1 Cuire le jus de citron vert avec le zeste et le maltitol SweetPearl™ à 102 °C. Chinoiser.

2 Faire bouillir la crème fraîche. La verser en trois fois sur la couverture fondue et réaliser une émulsion.

3 A 35 °C ajouter le rhum, puis la préparation au citron. Mixer et couler dans les boules creuses au chocolat noir au maltitol. Cristalliser 12 heures minimum à 19 °C.

4. Au moment de servir, piquer un bâton dans chaque sucette. Superposer sur chacune un carré de chocolat noir. Les fixer avec un peu de couverture au chocolat fondu.



Vive le chocolat et la gourmandise avec moins de calories !
© Studio des Fleurs

No Sugar

Ingrédients pour 20 petits gâteaux sans sucres :

Dacquoise amande :

290 g de poudre d'amandes
80 g + 290 g de maltitol SweetPearl™
326 g de blancs d'œufs

Ganache onctueuse au chocolat :

500 g de crème fraîche
100 g de maltitol SweetPearl™
500 g de couverture au chocolat noir au maltitol
100 g d'huile de pépins de raisin
40 g de rhum brun
9 g de vanille

Glaçage aux amandes grillées :

500 g de couverture au chocolat noir au maltitol
60 g de beurre de cacao
60 g d'huile de pépins de raisin
100 g d'amandes hachées grillées

Décoration :

motifs en chocolat

1. Tamiser et mélanger 290 g de maltitol SweetPearl™ avec la poudre d'amandes.

2. Monter les blancs d'œufs en neige avec le reste de maltitol SweetPearl™. Mélanger le tout délicatement.

3. Lisser la préparation sur une feuille de papier sulfurisé de 40 x 60 cm. Faire cuire la dacquoise environ 15 minutes au four préchauffé à 170 °C. La découper en 4 bandes de 40 x 9 cm.

4. Pour la ganache au chocolat, faire bouillir la crème fraîche avec le maltitol SweetPearl™. Verser ce mélange sur la couverture hachée et réaliser une émulsion.

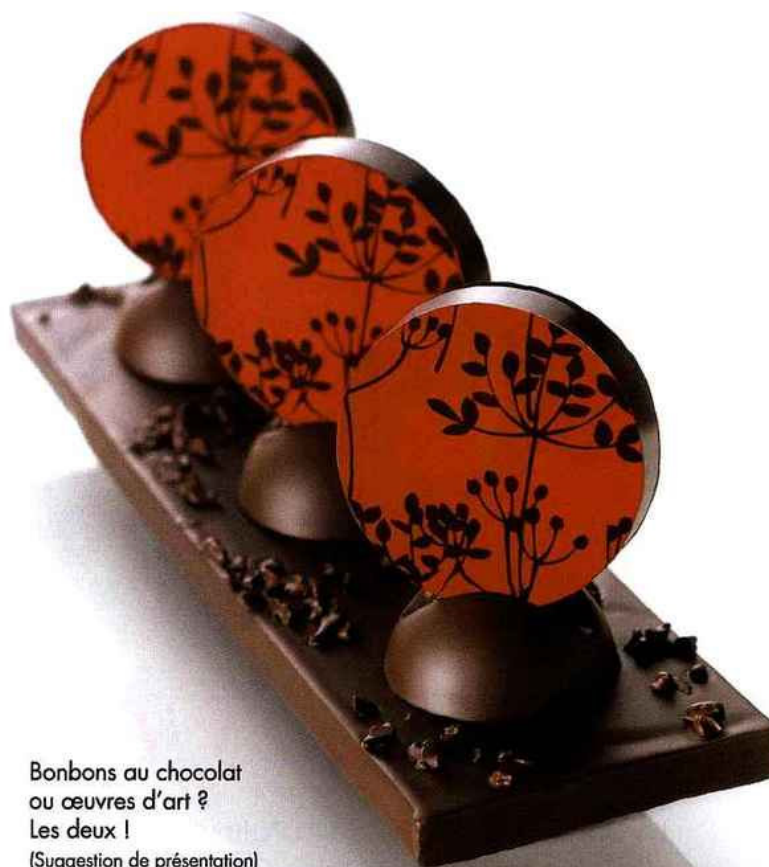
5. Ajouter l'huile, le rhum et la vanille. Mixer et verser la préparation dans un cadre de 40 x 9 cm en alternant 4 couches de dacquoise et 4 couches de ganache.

6. Pour le glaçage, tempérer la couverture au chocolat noir avec le beurre de cacao et l'huile. Ajouter les amandes et mixer. Glacer le biscuit et laisser sécher.

7. Découper le biscuit en rectangles de 9 x 2 cm. Décorer à loisir de motifs en chocolat.



Un dessert au chocolat design...
à déguster du bout des doigts.
(Suggestion de présentation)
© Studio des Fleurs



Bonbons au chocolat
ou œuvres d'art ?
Les deux !
(Suggestion de présentation)
© Studio des Fleurs

Finger à la façon d'un banana split

Ingrédients pour 10 fingers :

Ganache noire à la banane :

265 g de crème fraîche

40 g + 159 g de maltitol

SweetPearl™

106 g de purée de banane

éventuellement 10 transferts
triangulaires

un peu de noix de coco

21 g de Malibu®

2 g de pectine NH

3 g de vanille

100 g + 300 g de
couverture au chocolat noir

1. Mélanger à froid la pectine avec la vanille, le Malibu, 40 g de maltitol SweetPearl™ et la purée de banane. Porter le tout à ébullition.
2. Faire bouillir la crème fraîche avec le reste de maltitol SweetPearl™. Verser ce mélange sur les 100 g de couverture hachée et réaliser une émulsion. Ajouter le mélange à la banane et mixer.
3. Couler en cadre et cristalliser 12 heures. Chablonner des deux côtés, c'est-à-dire enduire de couverture au chocolat tempérée. Laisser sécher et découper des fingers de 9 x 2 cm.
4. Enrober les fingers avec le reste de couverture au chocolat tempérée. Disposer éventuellement un transfert triangulaire et les saupoudrer de noix de coco.
5. Laisser figer une nuit à 19 °C. Si nécessaire, démouler le transfert.

Bouchées Élégance

Ingrédients pour 10 bouchées :

Ganache noire cassis-framboise :

80 g de crème fraîche

30 g de maltitol SweetPearl™

160 g de couverture au

chocolat noir au maltitol

éventuellement : sérigraphie

moules à bonbons au chocolat

65 g de beurre

60 g de purée de cassis

100 g de pulpe de

framboises

pépites de framboises

déshydratées

1. Tapisser le fond des moules à bonbons au chocolat d'une fine couche de couverture éventuellement chemisée auparavant d'une sérigraphie.
2. Réserver un peu de couverture. Faire bouillir la crème fraîche et le maltitol SweetPearl™. Verser ce mélange sur le reste de couverture tempérée et réaliser une émulsion.
3. Incorporer les purées de fruits préalablement bouillies. A 35 °C, ajouter le beurre tempéré et mixer.
4. Couler la ganache aux 3/4 sans attendre dans les moules à bonbons au chocolat.
5. Parsemer de pépites de framboises déshydratées. Cristalliser 12 heures minimum à 19 °C.
6. Obturer avec le reste de couverture et lisser éventuellement avec une seconde sérigraphie. Laisser de nouveau cristalliser 12 heures. Démouler et déguster à température ambiante.