

Les recettes de l'Avent

LES SABLES ALSACIENS A LA CANNELLE

Cette recette traditionnelle d'Alsace facile à préparer ravira les plus gourmands !

Préparation : 15 min Cuisson : 10 min Niveau : Facile

Ingrédients :

300 g de farine
75 g de beurre
150 g de sucre
2 cuillères à soupe de cannelle
Un demi-sachet de levure chimique
1 œuf
3 cuillères à soupe de lait
Des emportes pièces



Préchauffer le four à 180°.

Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, la cannelle et la levure. Ajouter le beurre fondu, puis le lait et l'œuf, et mélanger avec les mains pour former une boule.

Étaler la pâte avec un rouleau, découper la pâte avec les emportes pièces, mettre les sablés sur une plaque. Laisser au four pendant 10 mn. Attendre que les sablés soient froids pour les décoller.

Idée : et si on offrait à nos proches des biscuits « faits maison » à la place des chocolats !

LE PAIN D'ÉPICES DE LA SAINT NICOLAS

On trouve des recettes de pains d'épices dès l'Antiquité en Grèce. Au Moyen Age, les Croisés rentreront en France avec les recettes, qui ont été accommodées à nos propres goûts. Le pain d'épices est surtout resté en Alsace et en Lorraine, au point de faire partie du patrimoine culinaire. Aujourd'hui encore dans ces régions, on offre aux enfants des pains d'épices le jour de la Saint Nicolas, le 6 décembre.

Préparation : 15 min + 15 min Cuisson : 15 min Niveau : Moyen

Ingrédients :

500 g de farine
1 sachet de levure chimique
200 g de sucre
250 g de miel liquide
10 cl d'eau
150 g de sucre glace
1 blanc d'œuf
3 à 4 cuillères à café de mélange d'épices « spécial pain d'épices »
(vendu en grande surface)



Mélanger la farine avec les épices, la levure et le sucre. Ajouter le miel et pétrir à la main. Ajouter la moitié de l'eau, et continuer de pétrir, même si la pâte semble un peu sèche. Au bout de quelques minutes, ajouter le reste de l'eau si besoin. Si la pâte est collante, rajouter un peu de farine. Former une boule, couvrir et laisser reposer au moins 1 heure à température ambiante.

Préchauffer le four à 180°.

Fariner le plan de travail et étaler la pâte avec un rouleau afin d'obtenir 1cm d'épaisseur (surtout pas moins !). Découper la pâte avec les emportes pièces. Couvrir la plaque du four avec du papier sulfurisé, et bien espacer dessus les pains d'épices qui gonfleront beaucoup à la cuisson. Mettre au four 15 minutes environ : les pains doivent à peine être colorés. Laisser refroidir.

Pour le glaçage, mélanger le blanc d'œuf et le sucre glace au fouet électrique pour un résultat bien lisse et brillant. Faire les décorations avec une poche à douille (un simple sac congélation rempli de cette crème suffira, en faisant un tout petit trou à l'extrémité).