

Gaufres de Chou-Fleur au Ketchup By Cath

PETRIN CONCASSEUR



GAUFRIER



Gaufrier 3 en 1 Senya
à découvrir sur Amazon :
<https://amzn.to/3sz53vU>

Nombre

Pour 8 gaufres

Préparation

20 minutes

Cuisson

20 minutes

Pause

60 minutes

Version avec le robot Companion



COOKING By Cath

Entrée ou Plat

INGREDIENTS :

- 300g chou-fleur cuit
- 200g farine
- 3 œufs
- 200ml lait
- 1 tsp levure chimique
- 8 cuillères à café de ketchup
- 150g fromage frais (type Philadelphia)
- 1/8 tsp curry
- Sel, poivre

ETAPE N°1

Accessoires :

Pétrin concasseur

Paramètres :

Vit.11/--/20s

- Positionner le pétrin concasseur dans la cuve.
- Ajouter le chou-fleur préalablement cuit.
- Lancer le robot : Vitesse 11 pendant 20 secondes.

ETAPE N°2

Accessoires :

Pétrin-Concasseur

Paramètres :

Vit.6/--/1mn

- Rassembler la purée de chou-fleur.
- Ajouter les œufs entiers, le lait, le curry, sel & poivre.
- Lancer le robot : Vitesse 6 pendant 1 minute.

ETAPE N°3

Accessoires :

Pétrin-Concasseur

Paramètres :

Vit.6/--/1mn

- Mélanger soigneusement la levure avec la farine.
- Ajouter ce mélange dans la cuve et rassembler la purée au centre de la cuve.
- Fermer le couvercle et relancer 1 mn à la vitesse 6.

ETAPE N°4

- Verser la préparation dans un saladier, couvrir et laisser reposer pendant 1 heure au frigo.

ETAPE N°5

- Graisser le gaufrier et lorsqu'il est chaud, verser une petite louche de préparation sur celui-ci et l'étaler.
- Au centre de la gaufre, disposer une cuillère à café de ketchup et recouvrir celui-ci une autre louche de pâte
- Cuire les gaufres pendant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

- Servir chaud ou tiède avec une cuillère de fromage frais.
- A servir en entrée, à l'apéro ou encore en plat avec une salade



Cooking & Conservation By Cath

- ⇒ La préparation de la pâte à gaufre peut se faire en amont :
(J-1 = réalisation de la pâte - Jo = cuisson) - Conserver la pâte au frigo.
- ⇒ Positionner les gaufres sur une grille pour préserver leur croustillant
(sinon elles absorbent leur propre condensation et ramollissent)
- ⇒ **Maintien au chaud** : Placez les gaufres dans votre four à 60°C jusqu'à la dégustation mais réduisez légèrement la durée de cuisson afin de préserver moelleux car elles vont continuer de se dessécher dans le four.
- ⇒ **Réchauffage** : vous pouvez passer les gaufres quelques instants au grille-pain pour les réchauffer et leur rendre leur croustillant.
- ⇒ **Stockage** : dans une boîte hermétique lorsqu'elles sont refroidies.



© Copyright : Reproduction interdite sans accord préalable