



# NID D'ABEILLE et son topping de graines de courge?

## NID D'ABEILLE ET SA GARNITURE AUX GRAINES DE COURGE

### INGRÉDIENTS

1	moule à charnière (18cm Ø)	<b>Garniture:</b>	
		40g	de beurre
		40g	de miel (CH)
		80g	de graines de courge (CH)
		1 cs	de lait
<b>Pâte:</b>		<b>Crème:</b>	
300g	de farine	2 dl	de lait
20g	de levure	1 gousse	de vanille, grattée
2 cs	de sucre	4 cs	de sucre
3 cs	de lait	1 pincée	de sel
50g	de sucre	1 cs	de maïzena
100g	de beurre, mou	2	œufs
1	œuf, battu	3 feuilles	de gélatine (5 minutes dans trempées dans l'eau froide)
		2 dl	de crème entière, fouettée fermement

### PRÉPARATION

- Pour le levain:** mélanger la levure, le sucre et le lait, puis recouvrir de farine. Laisser reposer 30 minutes.
- Ajouter ensuite le reste du sucre, le sel, le beurre et l'œuf et pétrir le tout jusqu'à obtention d'une pâte molle. Couvrir et laisser reposer 30 minutes dans le moule à charnière préalablement préparé.
- Pour la garniture:** faire chauffer le beurre, le miel, les graines de courge et le lait dans une poêle et laisser refroidir un peu. Répartir la masse sur la pâte.
- Faire cuire 30 minutes dans la partie inférieure du four préchauffé à 180°C. Laisser refroidir.
- Crème:** Dans une casserole, mélanger au fouet le lait, les graines de vanille grattées, le sucre, le sel, la maïzena et les œufs. Porter à ébullition à feu moyen en remuant constamment jusqu'à ce que la masse épaississe. Retirer du feu et laisser refroidir légèrement. Bien presser la gélatine et l'incorporer à la crème tiède. Laisser refroidir en remuant souvent, puis incorporer la crème fouettée à la crème refroidie.
- Couper le gâteau en deux, répartir la crème sur le fond du gâteau et poser le couvercle.

ensemble.compétentes.engagées.  
Nous, les  
femmes  
de l'espace  
rural.  
paysannes.ch



MIGGA FALETT

#### TIP:

Cuire de petits nids d'abeilles dans les moules à muffins (Réduire le temps de cuisson).

