

ECLAIRS AU CHOCOLAT

SANS LACTOSE NI GLUTEN







Cilou & ses Aiguilles





Pâte à choux pour éclairs (13 pièces)

250 ml de lait d'amandes
110 g de margarine (St Hubert bio)
140 g farine (120 g riz/ 40 g pois chiche)
3 œufs entiers
Sel

Faire chauffer le lait avec la margarine puis intégrer doucement la farine jusqu'à obtenir une boule bien sèche.

Mettre la boule dans le robot et intégrer les 3 œufs entiers l'un après l'autre.



Crème pâtissière au chocolat :

500 ml lait d'amandes
80 g de sucre :
 40 g sucre de bouleau
 40 g sucre de fleur de coco
50 g de farine/amidon (riz/arrow root)
2 jaunes d'œuf
1 petite CC d'agar agar
100 g de chocolat 70 %

Chauffer le lait avec le sucre et le chocolat. Une fois le chocolat fondu, ajouter les œufs puis la farine, l'agar agar et laisser épaissir.

Cuisson des choux à 180 degrés 30 minutes

Remplir les choux à la poche à douille

Glaçage :

100 g chocolat noir

1 CS sirop d'agave

Faire fondre le chocolat avec l'agave (si trop liquide épaissir avec un peu de sucre glace) puis tremper les choux dedans.