

MAFÉ DE PATATE DOUCE

Ingrédients :

- 3 carottes
- 4 patates douces oranges
- 1 oignon
- 4 gousses d'ail
- 1 boîte de tomates concassées de 300 ml)
- 150 gr de concentré de tomate
- 1 bouillon cube
- 350 gr de beurre de cacahuète sans sucre
- Persil, piment
- Sel, poivre



Préparation :

- 1- Eplucher l'ail et l'oignon et les avec le persil (ou les hacher très finement).
- 2- Eplucher les carottes et les patates douces et les couper en cubes.
- 3- Verser un peu d'huile de coco dans une casserole et y faire revenir le mélange d'oignon et d'ail.
- 4- Ajouter les tomates coupées en dés, le concentré de tomate, les légumes coupés en cubes. Recouvrir d'eau, ajouter le cube de bouillon de légumes et laisser cuire 20-30 minutes à feu doux.
- 5- Prélever une louche de bouillon et délayer le beurre de cacahuète. Reverser dans les légumes et laisser mijoter 5-10 minutes. Vérifier la cuisson des légumes en les piquant avec la lame d'un couteau.

GALETTE DES ROIS

Ingrédients :

<u>Pâte :</u> <ul style="list-style-type: none">• 2 pâtes feuilletées• 1 œuf <u>Sirop :</u> <ul style="list-style-type: none">• 20g d'eau• 50g de sucre	<u>Crème pâtissière :</u> <ul style="list-style-type: none">• 90g de lait• 40g de crème• 15g de sucre• 8g de maïzena	<u>Crème à l'amande :</u> <ul style="list-style-type: none">• 100g de poudre d'amande• 80g de sucre glace• 15g de maïzena• 100g de beurre pommade• 60g d'œuf• 1/2 cc de sel
---	---	--

Préparation de la crème pâtissière :

Porter à ébullition le lait et la crème.

Blanchir l'œuf avec le sucre et la maïzena.

Ajoutez le lait chaud, remuer et remettre dans la casserole.

Remuer sans arrêt sur feu assez fort jusqu'à épaississement.

Filmer au contact et réfrigérer.

Préparation de la crème à l'amande :

Fouetter le beurre. Ajouter la poudre d'amande, la maïzena, le sel, le sucre. Mélanger à la maryse. Ajouter ensuite l'œuf et remuer sans trop travailler.

Mélanger ensuite avec la crème pâtissière froide.

Montage :

Mettre la première pâte feuilletée sur une plaque à pâtisserie, sur un papier sulfurisé. Garnir cette pâte et déposer la fève.

À l'aide d'un pinceau humide, humecter les bords. Poser la deuxième pâte feuilletée au dessus et replier les bords. Dorer une première fois à l'aide d'un pinceau imbibé d'œuf battu.

Réfrigérer 10-15minutes et dorer une 2nde fois. Décorer avec la pointe d'un couteau.

Enfourner 35 minutes à 190°.

Sortir la galette, verser le sirop chaud et remettre au four 1 minute à 160°.