LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Sablés parmesan groseille — sablés salés parmesan-groseille pour l'apéro

sablés parmesan groseille : ces biscuits apéritifs marient le croquant du sablé au parfum salé du parmesan, relevé d'une pointe acidulée par la poudre de groseilles lyophilisées. Très simples à préparer, ils offrent une texture friable et beurrée qui s'accorde à merveille avec une planche de fromages ou une bière blonde fraîche. Idéaux pour un apéro d'automne entre amis, leur robe légèrement rosée et leurs éclats fruités surprennent agréablement. La poudre de groseilles, utilisée avec parcimonie, apporte une note acidulée et visuelle sans dominer le palais. Lance-toi : la recette est accessible, les étapes sont rapides et le résultat prêt à être dégusté en moins d'une heure trente.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**30 min**	**15 min**	**Facile**

Ingrédients

- 200 g de farine T55
- 100 g de beurre froid, coupé en petits dés
- 70 g de parmesan râpé fin
- 1 jaune d'œuf
- 40 ml d'eau froide (ou huile d'olive légère)
- 1 pincée de sel
- 1/4 c. à café de poivre noir fraîchement moulu
- 8 g de groseilles lyophilisées (poudre)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE

Groseilles lyophilisées

Scanner pour voir le produit

- 1 cuillère à soupe de graines de sésame ou de pavot (facultatif, pour saupoudrer)

Préparation

Préchauffe le four à 170 °C (chaleur conventionnelle). Tapisse une plaque de cuisson de papier sulfurisé.

Mélange la farine et le sel dans un grand saladier. Ajoute le beurre froid et sablonne du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture sableuse avec quelques morceaux plus gros.

Incorpore le parmesan râpé et le poivre. Saupoudre la poudre de groseilles lyophilisées et mélange rapidement pour répartir la couleur sans trop travailler la pâte.

Ajoute le jaune d'œuf et l'eau froide, puis rassemble la pâte sans la pétrir. Forme une boule, aplatis-la légèrement en disque, enveloppe-la et réfrigère 20 minutes.

Sur un plan fariné, abaisse la pâte sur 4–5 mm d'épaisseur. Découpe des formes à l'aide d'un emporte-pièce (environ 4 cm) et dépose-les sur la plaque en les espaçant.

Si tu veux, saupoudre légèrement les sablés de graines de sésame ou de pavot. Enfourne 12–15 minutes: les bords doivent être dorés mais pas trop foncés.

Laisse refroidir 5 minutes sur la plaque puis transfère sur une grille. Les sablés durcissent en refroidissant et gardent leur croquant.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour une meilleure texture, utilise du beurre bien froid et évite de trop travailler la pâte. Si la poudre colore trop, réduis la quantité à 5 g. Tu peux réhydrater 1 cuillère à café de poudre dans 1 c. à café d'eau pour obtenir de petites touches confites à poser au centre des sablés avant cuisson. Pour une version vegan, remplace le jaune par 30 g d'huile d'olive et du parmesan végétal.