

Saint-Genix

Ahhh... quoi de mieux qu'un dessert pour dynamiser notre cerveau. Le petit dessert sucré qui réveille les bons souvenirs et stimule aussi bien les papilles que les yeux par sa mise en valeur gourmande.



VALEUR NUTRITIONNELLE
pour 1 portion

766
Kcal

4734
Kjoules



Protides
17,8

Lipides
48

Glucides
65,7

Sciences culinaires



Julien Garnier
j.garnier@senes.org • www.senes.org



Béatrice Rossi
b.rossi@ec6.fr



Christophe Lavelle
(chercheur au CNRS)
lavelle@mnhn.fr

Une brioche garnie de pralines rouges, spécialité de Saint-Genix-sur-Guiers, rien de tel pour se sentir en Savoie. La brioche peut être un peu difficile à mâcher... et ne parlons pas des pralines! Une déstructuration/restructuration s'impose donc. La brioche, mixée avec du lait, retrouve son côté aérien grâce à l'incorporation de blancs d'œufs. Les pralines sont mixées avec un peu d'eau puis liées. La texture n'ayant plus de mystère, penchons-nous sur les saveurs développées par ce plat.

La brioche, d'abord: c'est une pâte levée à base de farine, beurre, lait et œufs. Quel agent levant utiliser? S'il est courant aujourd'hui de fabriquer les brioches à la levure de boulanger (*Saccharomyces cerevisiae*), le «vrai» Saint Génix est fait d'une pâte au levain, culture symbiotique de bactéries lactiques et de levures, qui lui confère une saveur et une acidité particulières dues aux composés dégagés lors de la fermentation lactique. Les autres produits de la réaction sont, comme pour la fermentation alcoolique, les CO₂ (qui fait gonfler la pâte) et l'alcool (qui disparaît en s'évaporant à la cuisson).

Les pralines, ensuite: il s'agit d'amandes enveloppées de sucre cuit généralement coloré en rouge; le colorant n'apportant aucune saveur particulière, le goût des pralines est celui des amandes cuites et du sucre légèrement caramélisé.

Enfin, cette recette part d'un Saint Génix, mais vous pourrez parfaitement la réaliser à partir d'une brioche «classique» et de pralines; veillez seulement à ajouter éventuellement un peu d'eau de fleurs d'oranger si la brioche n'en contenait pas déjà, car le Saint Génix en contient traditionnellement. Vous n'avez pas non plus de pralines sous la main? Dans une casserole à fond épais, chauffer des amandes avec de l'eau et du sucre (environ 100g de chaque pour une quarantaine d'amandes) et éventuellement deux gouttes de colorant rouge, remuer de temps en temps et retirer la casserole du feu avant caramélisation; mélanger alors vivement hors du feu pour que le sucre cristallise autour des amandes en refroidissant, vous pouvez éventuellement ajouter un peu de sucre glace pour favoriser la cristallisation... et le tour est joué!

Ingrédients	
St-Genix	0.400 kg
Lait	0.300 L
Malto dextrine	0.036 kg
Blanc d'œufs	0,180 Kg
Sucre Glace	0.050 kg
Praline	0.150 kg

Progression technique

Couper en morceaux le St Genix (Retirer les grosses pralines en amont) Faire chauffer les pralines à feu doux avec le lait. Passer au chinois. Lier avec le Malto Dextrine à hauteur de 2,5 %. Mettre le St Genix coupé en morceaux dans un BLIXER; ajouter la préparation à base de lait. Mixer le tout pendant une minute: Ajouter le liant à froid et mixer en s'aidant de la touche « impulse ». Monter les blancs en neige et les serrer au sucre. Débarrasser dans une calotte la brioche mixée. Incorporer délicatement les blancs à l'appareil. Mettre 45 gr d'appareil dans un godet légèrement graissé, couler une fine couche de praline et remettre sur le dessus 45 gr de la préparation. Mettre les godets au réfrigérateur ½ heure ou passer en cellule de refroidissement. Mettre la gelée de praline dans un cornet et confectionner des petites boules (forme praline). Les faire prendre en cellule et les disposer sur les briochines. Démouler et dresser sur assiette harmonieusement.



Posez vos questions à Julien Garnier directement sur

www.cuisinecollective.fr/category/julien-garnier/

