

Les jaunes,
oranges
et rouges

Sucettes ambrées

Pour cette recette de confiseries en sucre cuit, on utilise du jus de citron ou d'orange dont on relève la saveur avec un soupçon d'huile essentielle. Le colorant est du sucre blond ou du curcuma (au goût indétectable dans les proportions utilisées). En guise de bâtonnets, on peut utiliser des piques à brochette en bois en coupant préalablement leur pointe.

Pour 10 petites sucettes au citron

- 25 g d'eau • 5 g de jus de citron (1 cuillerée à café) • 100 g de sucre • 1/8 de cuillerée à café de curcuma en poudre, tamisé (facultatif si on utilise du sucre blond) • 2 gouttes d'huile essentielle alimentaire de citron

Pour 10 petites sucettes à l'orange

- 25 g d'eau • 5 g de jus de citron ou, à défaut, 15 g de vinaigre de riz ou de cidre • 100 g de sucre • 1/4 de cuillerée à café de curcuma en poudre, tamisé • 2 gouttes d'huile essentielle alimentaire d'orange douce

Préparer la surface de repos des sucettes en étalant bien à plat une feuille de silicone ou de papier cuisson. Dans une casserole, verser tous les ingrédients à l'exception de l'huile essentielle et faire chauffer à feu moyen. Après les premiers bouillons, laisser cuire pendant environ 10 minutes. Il faut surtout ne rien mettre dans la casserole à cette étape, sinon le mélange risque de cristalliser en masse ! Mélanger en remuant la casserole. Plus la cuisson avance, plus le sucre cuit vite : il faut impérativement surveiller la préparation à partir du moment où le mélange bout. En fin de cuisson, on atteint le stade dit « au grand cassé », quand un thermomètre de cuisine affiche un peu moins de 150 °C. Sans thermomètre, attendre d'avoir un sirop épais non caramélisé mais à la légère odeur de sucre cuit pour prélever quelques gouttes du mélange et les faire tomber dans de l'eau glacée (mélange d'eau et de glaçons) : des boules cassantes ne collant pas aux dents doivent se former. Attention : Les gouttes doivent être prélevées avec un ustensile qui ne conduit pas la chaleur (bois, silicone, papier cuisson, etc.). Pour ma part, j'utilise un bâtonnet en bois qui est ensuite recyclé comme bâtonnet de sucette. Retirer du feu. Ajouter les huiles essentielles éventuelles puis laisser tiédir quelques minutes afin que les bulles disparaissent. Déposer sur le papier cuisson, à quelques centimètres d'intervalle, des gouttes du mélange. Insérer les bâtonnets puis laisser refroidir complètement (1 heure au moins, selon le matériau utilisé et l'épaisseur des sucettes) avant de retirer du papier. Découper dans du papier cuisson des rectangles de 8 x 6 cm afin d'emballer chaque sucette. Les fermer en tordant les extrémités en spirale afin de protéger les sucettes de l'humidité.

>>>



Sucettes ambrées

Ces bonbons peuvent éventuellement être conservés pendant quelques jours mais tout dépend de la qualité de l'emballage (le papier cuisson est moins hermétique que le papier cristal) et de l'humidité du lieu de stockage (plus l'air est humide et moins longtemps les bonbons se conservent).

VARIANTE COULEUR ET SAVEUR

Pour du vert clair, remplacer l'huile essentielle de citron et le curcuma par 2 gouttes d'huile essentielle alimentaire de menthe (douce ou poivrée) et ½ cuillerée à café de thé matcha tamisé puis ajouté en même temps que l'huile essentielle.

Pour du brun, remplacer l'huile essentielle de citron et le curcuma par ½ cuillerée à café de cacao en poudre non sucré.

Pour du rouge bordeaux, utiliser 2 cuillerées à soupe de jus de myrtille (ou, à défaut, 30 g de gelée de cassis), 1 cuillerée à café de jus de citron (ou, à défaut, 1 cuillerée à soupe de vinaigre de riz ou de cidre) et 100 g de sucre.

Pour du rose, utiliser 1 cuillerée à soupe de jus de myrtille (ou, à défaut, 30 g de gelée de cassis), 2 cuillerées à café de jus de citron (ou, à défaut, 2 cuillerées à soupe de vinaigre de riz ou de cidre) et 100 g de sucre.



Boisson du Vampire

C'est connu, les vampires aiment les boissons rouge sang, comme le jus de raisin noir ou un mélange de jus de pomme et de jus de cassis... Mais on peut aussi rougir d'autres boissons en y infusant des pétales de coquelicot, assez neutres en goût, ou d'hibiscus, pour un goût acidulé légèrement fleuri. Ces deux fleurs donnent une teinte rouge vif à un mélange acide, comme de la limonade ou du jus de fruits. Pour que le mélange soit bien transparent, il faut éviter les jus de fruits non filtrés. Libre à chacun de personnaliser cette base très simple, par exemple en ajoutant des zestes d'orange et de la cannelle.

Pour 1 l de boisson

- 6 cuillères à soupe de pétales de coquelicot ou 4 cuillères à soupe de pétales d'hibiscus séchés, non compactés
- 1 l de jus de fruits transparent (pomme, raisin blanc, etc.) ou le jus de 1 citron (50 ml) + 100 g de sucre + 900 ml d'eau
- Pour la version à l'hibiscus, ajouter un peu d'extrait de vanille

Dans une casserole, mélanger le jus de fruits et les pétales de fleur. Laisser macérer pendant toute une nuit au réfrigérateur. Sinon, faire frémir pendant 1 minute (version au coquelicot) ou 15 minutes (version à l'hibiscus), puis couper le feu. Ajuster le goût : ajouter de l'extrait de vanille pour la version à l'hibiscus et ajouter éventuellement du jus de citron pour la version au coquelicot. Filtrer avec une passoire fine. Boire frais ou chaud.

VARIANTE COULEUR

Pour une boisson rose, mélanger 1 l de limonade avec 1 cuillère à soupe de jus de betterave. Pour une boisson bleue, mélanger 1 l de limonade avec 100 ml d'extrait bleu de spiruline. Pour une boisson verte, mélanger 1 l de jus de pomme avec 100 ml d'extrait bleu de spiruline.



Gnocchis ensoleillés

Normalement, les gnocchis sont à base de pommes de terre à chair farineuse. Pour avoir une couleur orangée et une dose de carotène, on peut remplacer les pommes de terre par du potimarron (gnocchis orange vif) ou de la patate douce à chair orange (gnocchis orange pâle).

Pour 2 personnes

• 1 petite patate douce ou 1/2 potimarron (200 g) • 250 g de farine blanche, de blé ou de riz • Pour la version sans blé, 1,5 cuillère à soupe de graines de lin fraîchement moulues • 1 grosse pincée de sel

Nettoyer le légume choisi en frottant sa peau avec une brosse mouillée. Couper la patate douce en gros dés et la faire cuire à la vapeur pendant 20 minutes. Pour le potimarron, l'enfourner à 180 °C, posé sur la tranche, pendant 30 minutes. Laisser tiédir un peu les patates douces puis les éplucher. Pour le potimarron, retirer aussi son pédoncule et les graines. Pendant que les morceaux de légumes sont encore tièdes, les réduire en purée (avec un moulin à légumes ou à la fourchette) sans rien ajouter. Laisser, si possible, la purée sécher plusieurs heures. Quand la purée est froide, la saler puis incorporer progressivement la farine (et les éventuelles graines de lin moulues). 100 g de farine suffisent généralement pour 200 g de purée, mais tout dépend du type de farine et des légumes utilisés ainsi que du degré de sécheresse de la purée. Quand la pâte est élastique et ne colle plus, cesser d'ajouter de la farine, fariner le plan de travail et former des boudins d'environ 1 cm de diamètre, puis découper des tranches d'environ 1 cm. Préparer un grand plateau recouvert d'un torchon propre. Avec le pouce fariné, passer les boudins, l'un après l'autre, sur une fourchette elle aussi farinée pour donner leur forme courbée aux gnocchis. Les réserver sur le torchon en évitant de les coller les uns aux autres. Les gnocchis peuvent attendre plusieurs heures ainsi. Au moment du repas, faire bouillir un grand volume d'eau puis la saler. Avec une écumoire, y déposer les gnocchis. La cuisson prend environ 3 minutes, les gnocchis étant cuits quand ils remontent à la surface. Les récupérer au fur et à mesure avec l'écumoire et les déposer dans un plat. Il faut les enrober immédiatement d'un peu de sauce ou d'huile pour éviter qu'ils ne collent.

VARIANTE COULEUR

Pour des gnocchis jaune vif, ajouter du curcuma ou utiliser de la farine de maïs. Pour des gnocchis violets, utiliser des pommes de terre à chair bleue. Pour des gnocchis roses, utiliser des pommes de terre à chair bleue avec du jus de citron ou du vinaigre.

