

Buche pomme-caramel

Ingrédients

- 4 pommes rouges
- 1 citron
- Quelques noix de pécan

Biscuit génoise :

- 80g de farine d'engrain (petit épeautre)
- 40g de poudre d'amande complète
- 100g de sucre de canne complet
- 4 œufs



Caramel de dattes

- 125g dattes
- ½ verre de boisson végétale (amande, coco...)

Meringue au miel

- 5 blancs d'œufs bio
- 150g de miel
- 1 goutte de jus de citron

Préparation

Commencez par le caramel :

1. Placez les dattes entières dans une petite casserole remplie d'eau, à hauteur.
2. Faites chauffer jusqu'à ébullition, retirez du feu et couvrez. Laissez tremper dans l'eau bouillante pendant 45 minutes.
3. Égouttez les dattes en veillant bien à garder l'eau de cuisson. Dénoyautez-les.
4. Placez les dattes dans un mixeur, ajoutez la boisson végétale et un peu d'eau de cuisson. Veillez bien à garder le reste de l'eau de cuisson pour les pommes.
5. Mixez jusqu'à obtenir une consistance bien lisse. Placez dans un bol au frais.

Pour le biscuit génoise :

1. Préchauffez le four à 180° C.
2. Séparez les blancs des jaunes. Fouettez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Fouettez les blancs en neige. À l'aide d'un fouet, ajoutez-les en 3 fois à la préparation sucre-jaune d'œufs, pour être sûr de ne pas les casser.
4. Ajoutez ensuite la farine et la poudre d'amandes tamisées. Incorporez-les délicatement et mélangez avec le fouet.
5. Versez la pâte sur une plaque de cuisson rectangulaire, recouverte de papier cuisson.
6. Lissez avec une spatule et enfournez, environ 10 minutes en vérifiant la cuisson. Le biscuit est cuit quand il est coloré.
7. Dès la sortie du four, retournez la plaque sur un torchon humide. Cette étape est important car cela va vous permettre de rouler votre biscuit sans le casser. Roulez tout de suite le biscuit dans le torchon et laissez refroidir 10 minutes.

Pour les pommes :

1. Lavez-les, coupez-les en 2 et tranchez de fines lamelles, soit à l'aide d'une mandoline soit au couteau, il faut qu'elles soient très fines !
2. Placez-les dans un bol et arrosez de jus de citron et du sirop de dattes restant. Mélangez afin qu'elles soient toutes enrobées.
3. Disposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson.
4. Cuire au four pour 10minutes, sortez et réservez.

Pour la meringue italienne au miel :

1. Dans une petite casserole, cuire le miel. Attendre qu'il fasse une production de mousse, qui indique qu'il est cuit.
2. Commencez à battre les blancs avec une goutte de citron.
3. Verser doucement le miel cuit sur les blancs "débrouillés"(déjà un peu monté).
4. Contrôlez la température : au fur et à mesure de la montée des blancs la température refroidit.
5. La meringue est prête lorsqu'on obtient un bon développement et une bonne tenue (l'appareil tiédi). Vérifiez bien qu'elle fasse un « bec d'oiseau » sur le fouet.

Pour le montage de la bûche :

1. Quand le caramel a une texture de pâte à tartiner, déroulez le biscuit et recouvrez-le généreusement de caramel.



2. Ajoutez les lamelles de pommes, bien séparées et disposées sur tout le biscuit.
3. Roulez le biscuit et coupez une extrémité sur 2 cm environ.
4. Recouvrez ensuite toute la bûche de la meringue au miel en vous aidant d'une spatule.
5. Pour la déco : ajoutez quelques lamelles de pommes restantes sur le dessus de la bûche, quelques noix de pécan hachées et saupoudrez de noix de coco, pour un effet de neige.
6. Réservez au frais avant de dégustez.

