



# Les plats de la cantoche spécial desserts

Les recettes d'Ayoub & Gillou



Collection **Cuisine**  
Les Simone Editions

3

1



# SOMMAIRE

## *Les plats de la cantoché spécial dessert*

- |    |   |               |
|----|---|---------------|
| 01 | <i>Chouquettes</i>                                  | page 4 et 5   |
| 02 | <i>Crème brûlée à la vanille</i>                    | page 6        |
| 03 | <i>Panna cotta maison</i>                           | page 7        |
| 04 | <i>Cookies aux flocons d'avoine</i>                 | page 8        |
| 05 | <i>Gâteau aux poires</i>                            | page 9        |
| 06 | <i>Crème chocolat maison</i>                        | page 10       |
| 07 | <i>Crème chocolat-coco maison</i>                   | page 11       |
| 08 | <i>Tarte au citron</i>                              | page 12 et 13 |
| 09 | <i>Malwza "Gâteau oriental aux amande"</i>          | page 14       |
| 10 | <i>Basboussa (Gâteau à la semoule moyenne)</i>      | page 15       |
| 11 | <i>Basboussa coco (Gâteau à la semoule moyenne)</i> | page 16       |
| 12 | <i>Riz au lait maison</i>                           | page 17       |
| 13 | <i>Fruits confits</i>                               | page 18       |
| 14 | <i>Cake aux fruits confits</i>                      | page 19       |

*Une idée originale d'Aurélie L.  
mise en page par Laëtitia D.*

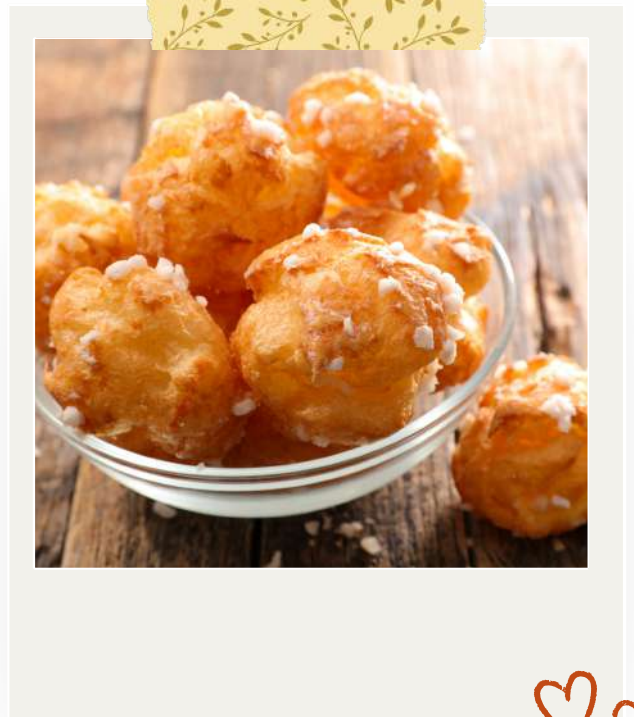
# RECETTE N°1

# Chouquettes

Difficulté



~18 pièces



## Ingrédients :

- 40 g de beurre doux
- 60 g de farine T55
- 2 œufs
- Perles de sucre
- 10 g de sucre cassonade
- 1 gousse de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé ou de l'extrait de vanille
- 10 cl d'eau

## Préparation :

- Casser les œufs dans un bol, fouetter légèrement les œufs à l'aide d'un petit fouet ou d'une fourchette pour mélanger jaunes et blancs.
- Peser et tamiser la farine, mettre de côté.
- Dans une casserole, verser l'eau, le sucre la gousse de vanille fendue et ajouter le beurre coupé en cubes.
- Porter à ébullition le mélange dans la casserole. Quand le mélange bout et que le beurre est fondu, retirer la casserole du feu, retirer la gousse de vanille. Gratter la gousse avec la pointe du couteau et ajouter les grains de vanille obtenus au mélange. Verser la farine dans la casserole en une fois, incorporer en mélangeant énergiquement avec une spatule jusqu'à la formation d'une pâte homogène.
- Remettre la casserole sur le feu (vif, mais pas au maximum non plus) et continuer à mélanger vivement à la spatule pendant 20 secondes (cela s'appelle dessécher la pâte). Puis verser la pâte dans un cul de poule et tourner la pâte jusqu'à disparition de la vapeur.



RECETTE N°1

# Chouquettes



Suite :



- Ajouter ensuite les œufs battus en plusieurs fois en mélangeant toujours entre chaque ajout pour que l'œuf soit bien incorporé. ATTENTION, ne pas verser trop d'œuf d'un coup, cela risquerait de sur-hydrater la pâte. Il faut que la pâte se referme (pas entièrement) ni trop vite, ni trop lentement. On peut aussi planter une spatule dans la pâte, elle doit alors ressortir en formant un bec d'oiseau. Tant que la pâte n'a pas la consistance qu'il faut, continuer à ajouter un peu d'œuf.
- Quand la pâte obtient la bonne texture, verser la pâte à choux dans une poche à douille munie d'une douille lisse ou étoilée de 12 mm.
- Préchauffer le four à 180 °C à chaleur tournante.
- Pendant ce temps, sur une plaque allant au four recouverte d'une feuille de cuisson en silicone ou de papier sulfurisé, dresser les choux en quinconce et en les espaçant suffisamment.
- Parsemer généreusement de sucre grain chacun de vos choux. Enlever l'excédant de sucre perlé de la plaque en la tapant et en l'inclinant (et en tenant bien la feuille de silicone ou de papier sulfurisé pour éviter que la feuille ne glisse !).
- Enfourner à four chaud pendant 15 à 20 minutes en fonction de la taille des chouquettes et du four. Surtout, ne pas ouvrir le four durant la cuisson. Les chouquettes sont bien cuites quand elles sont bien dorées.



## Astuces du chef :

Au collège, on utilise de la farine de Type 80

# RECETTE N°2

## Crème brûlée à la vanille

Difficulté



6 personnes



### Ingrédients :

- 60 cl de crème liquide 30 % MG
- 6 œufs jaunes
- 90 g de sucre en poudre
- sucre cassonade
- 1 gousse de vanille ou de l'extrait de vanille

### Préparation :

- Fendre la gousse de vanille en 2, et extraire les graines en raclant avec la lame d'un couteau. Placer la gousse de vanille égrenée dans une casserole avec la crème, puis faire infuser à feu doux.
- Pendant ce temps, battre les jaunes d'œufs avec le sucre et les grains de vanille dans un saladier, jusqu'à obtention d'une texture mousseuse.
- Une fois la crème bien parfumée, ôter du feu et laisser tiédir. À travers une passoire, verser ensuite un petit peu de crème tiède sur la préparation aux œufs, et fouetter énergiquement pour éviter la cuisson des jaunes. Renouveler cette opération jusqu'à épuisement de la crème.
- Dans un grand plat à rebords allant au four, déposer six ramequins. Verser la préparation pour crème brûlée dans les ramequins. Portez à ébullition une casserole d'eau et verser l'eau autour jusqu'à atteindre la mi-hauteur des ramequins. Enfourner 30 à 35 min à 160 °.
- Placer les crèmes brûlées cuites et refroidies au réfrigérateur pendant 4 h minimum avant de les caraméliser. Au moment de servir, recouvrir le dessus de cassonade de manière uniforme, puis passer la flamme du chalumeau une première fois sur toute la surface. patienter quelques secondes pour que le caramel commence à se former. Répéter l'opération plusieurs fois jusqu'à obtenir une belle coloration dorée. Déguster avec quelques tuiles aux amandes ou des rochers coco.

# RECETTE N°3

## Panna cotta maison

Difficulté



6 personnes

### Ingrédients :

- 3 g AGAR AGAR
- 375 ml de crème fraîche épaisse
- 375 ml de lait entier
- 60 g de sucre cassonade
- 1 gousse de vanille ou 1 sachet de sucre vanillé ou de l'extrait de vanille

### Préparation :

- Dans une casserole, mélanger le lait, la crème, le sucre. Faire chauffer le tout dans une casserole.
- Avant l'ébullition ajouter l'Agar Agar dilué préalablement dans un peu d'eau, et faire bouillir le tout.
- Verser la préparation dans six verrines ou ramequins. Laisser refroidir puis réserver au réfrigérateur pendant 2 H minimum.





RECETTE N°4

# Cookies aux flocons d'avoine

Difficulté



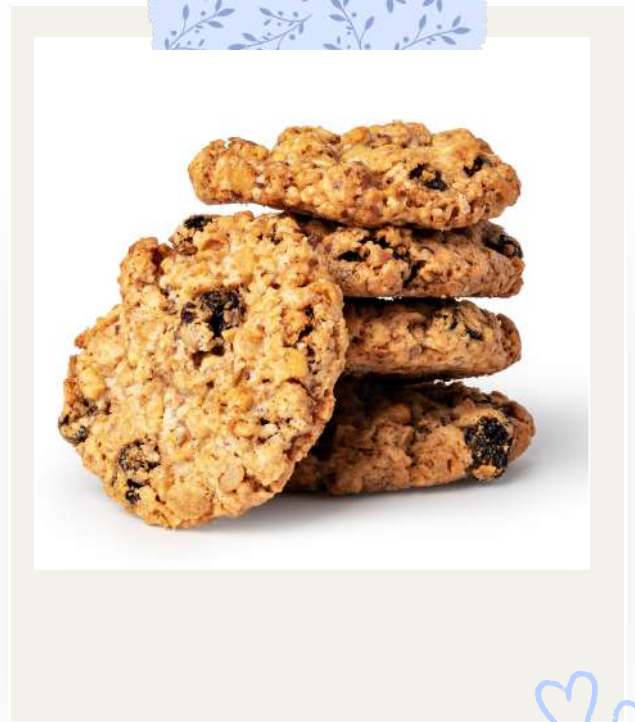
5 personnes

## Ingrédients :

- 65 g beurre 1/2 sel
- 220 g de Flocon d'avoine
- 65 g de farine T80 ou T55
- 95 g de Pépites de chocolat
- 2 œufs
- 1 1/2 pincée de sel fin de Guérande
- 160 g de sucre cassonade
- 1 1/2 sachet de levure

## Préparation :

- Dans un batteur, mélanger le beurre ramolli et le sucre.
- Ajouter progressivement, les œufs, la farine et le sel.
- Pour finir mélanger avec les flocons d'avoine et le chocolat.
- Mettre en forme de boudin sous film alimentaire.
- Laisser reposer minimum 1 H.
- Découper des tronçons de 1 cm d'épaisseur.
- Enfourner 10 à 15 min à 180° à surveiller.
- Laisser refroidir puis déguster.





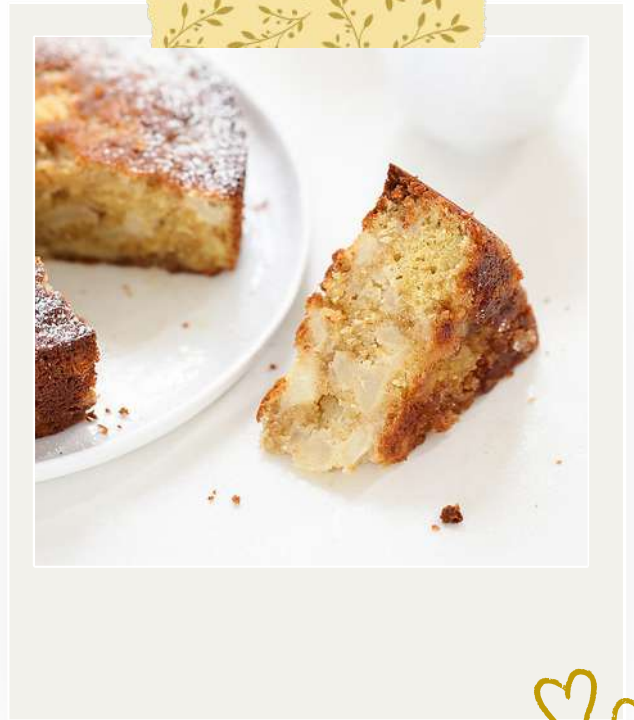
RECETTE N°5

# Gâteau aux poires

Difficulté



6 personnes



## Ingrédients :

- 75 cl de crème liquide 30 % MG
- 15 cl de lait entier
- 48 g de farine T 65
- 2 œufs
- 180 g de poire cuite
- 36 g de sucre cassonade
- 3 ml de vanille arôme liquide



## Préparation :

- Tailler les poires en cube.
- Mélanger les œufs, le sucre, la farine, le lait et la crème puis ajouter les poires.
- Chemiser le moule avec du beurre et du sucre.
- Verser la préparation dans le plat.
- Cuire 40 à 45 min à 180°.

### Variante :

On peut également faire une version avec pépites de chocolat noir ou au lait.

Ajouter les pépites une fois la préparation versée dans le plat.



RECETTE N°6

# Crème chocolat maison

Difficulté



6 personnes

## Ingrédients :

- 45 g Chocolat de couverture au lait 35 % (pistoles)
- 15 g de chocolat noir amer 60 % (pistoles)
- 15 cl de crème liquide
- 30 g de fleur de maïs (Maïzena)
- Un peu d'eau
- 60 cl de lait entier
- 45 g de sucre cassonade



## Préparation :

- Faire bouillir le lait
- Préparer le mélange de crème, sucre et maïzena (bien diluée à l'eau).
- Ajouter le mélange au lait en milieu de chauffe afin d'obtenir un mélange onctueux une fois bouilli.
- Hors du feu ajouter les deux chocolats et mélanger jusqu'à ce que le chocolat soit fondu.
- Mettre en refroidissement dans un saladier et mélanger de temps à autre pour bien refroidir.



## RECETTE N° 7

# Crème chocolat-coco maison

Difficulté



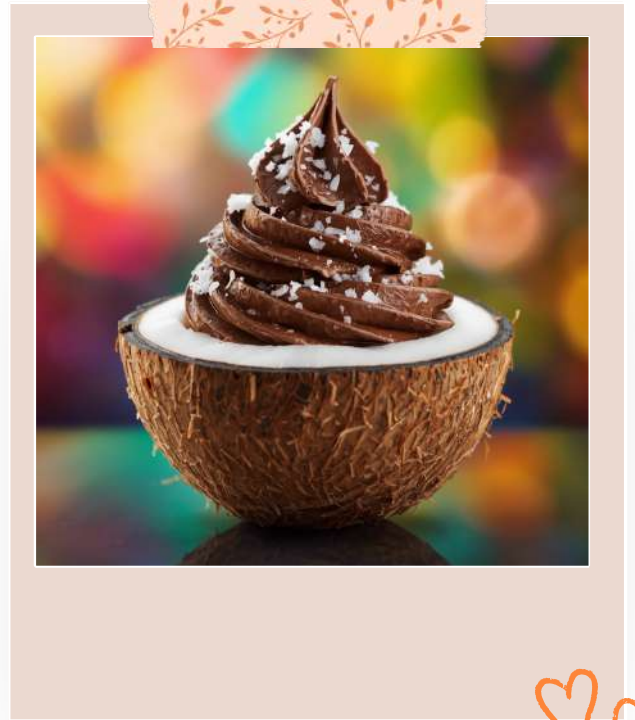
6 personnes

## Ingrédients :

- 45 g Chocolat de couverture au lait 35 % (pistoles)
- 15 g de chocolat noir amer 60 % (pistoles)
- 15 cl de lait de coco
- 30 g de noix de coco râpé
- 30 g de fleur de maïs (Maïzena)
- Un peu d'eau
- 60 cl de lait entier
- 45 g de sucre cassonade

## Préparation :

- Faire bouillir le lait
- Préparer le mélange de lait de coco, sucre et (maïzena bien diluée à l'eau).
- Ajouter le mélange au lait en milieu de chauffe afin d'obtenir un mélange onctueux une fois bouilli.
- Hors du feu ajouter les deux chocolats, la coco râpée et mélanger jusqu'à ce que le chocolat soit fondu.
- Mettre en refroidissement dans un saladier et mélanger de temps à autre pour bien refroidir.



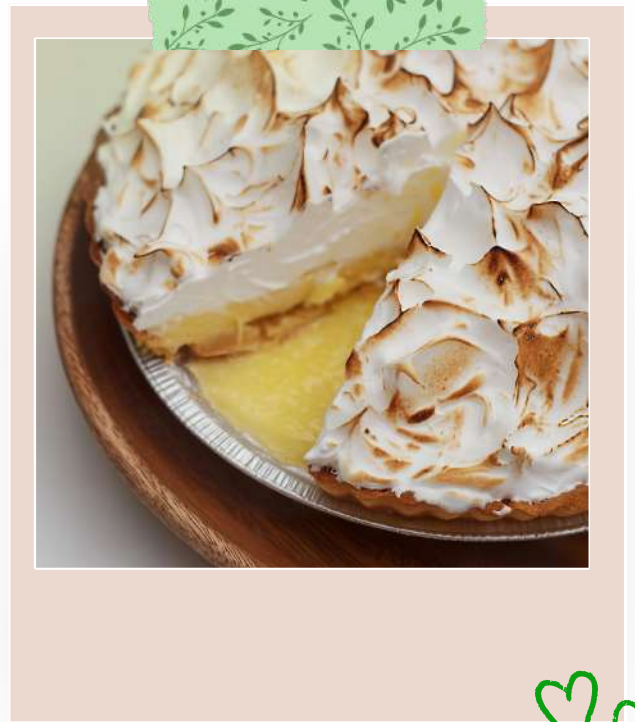
# RECETTE N° 8

## Tarte au citron

Difficulté



6 personnes



### Ingrédients :

#### Fond de tarte

- 500 g de farine
- 250 g de beurre
- 2 pincées de sel
- 2 jaunes d'œufs
- 6 Càs d'eau

#### Crème au citron

- 280 g de sucre semoule
- 115 g de beurre
- 2 œufs
- 50 ml de Pulco citron

#### Meringue

- 35 g de sucre semoule
- 2 blancs d'œufs

### Préparation :

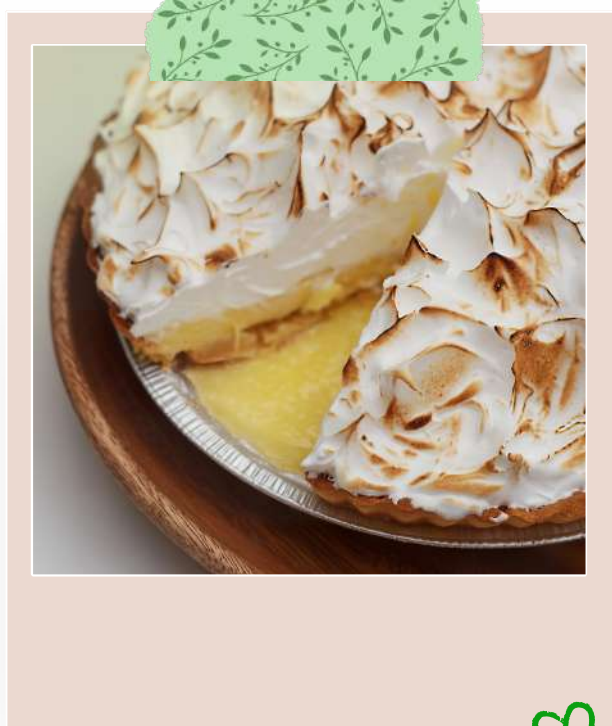
#### Fond de tarte :

- Verser la farine préalablement tamisée dans un bol. Ajouter le beurre ramolli coupé en morceaux puis la pincée de sel. Sabler la pâte du bout des doigts de façon à obtenir un mélange sablonneux qui ressemble un petit peu à un crumble. Disposer le sablage en fontaine et verser au centre les œufs entiers préalablement battus. Du bout des doigts, mélanger et incorporer l'eau progressivement jusqu'à l'obtention d'une boule uniforme. Écraser la pâte avec la paume de la main en éliminant tous les morceaux de beurre à l'intérieur de la pâte. Filmer la pâte puis la mettre au frais 30 min à 1 heure. Une fois le temps écoulé, étaler la pâte et la disposer dans un moule à tarte, faire cuire à blanc 25 min.



# RECETTE N° 8

## Tarte au citron



Suite :

### Crème au citron :

- Dans une casserole, mettre les œufs entiers, les 280 g de sucre, le beurre et le Pulco. Cuire à la nappé (sans cesser de mélanger) sans dépasser les 85° (sinon les œufs vont cuire et former des grumeaux).

### Meringue :

- monter les blancs en meringue avec les 35 g de sucre.

Astuces du chef : ajouter une CàS de jus de citron.



### Assembler votre dessert :

- Répartir la crème au citron sur le fond de tarte et dresser la meringue sur la tarte à l'aide d'une poche à douille ou d'une maryse tout simplement.
- Colorer la meringue à l'aide d'un chalumeau.

# RECETTE N° 9

## Malwza

"Gâteau oriental aux amande"

Difficulté



6 personnes

### Ingrédients :

- 300 g de poudre d'amandes
- 1 ou 2 Càs d'eau de fleur d'oranger
- 10 g de sucre
- 70 g de sucre glace ou cannelle
- 1 œuf et 1 jaune d'œuf
- 10 g de beurre ramolli
- 7 g de levure chimique
- 1 zeste de citron ou 1 Càs de jus de citron

### Préparation :

- Préchauffer le four à 160°.
- Mélanger tous les ingrédients (sauf le sucre glace) et bien malaxer la pâte jusqu'à obtenir un pâton homogène.
- Préparer des petites boules de la taille d'une noix et les passer dans le sucre glace.
- Déposer les boules sur une feuille sulfurisée, les écraser légèrement et les mettre à cuire 10 min à 160°.
- Laisser les gâteaux refroidir avant de les retirer de la plaque.
- Mettre sur assiette et saupoudrer légèrement de sucre glace ou de cannelle.





## RECETTE N° 10

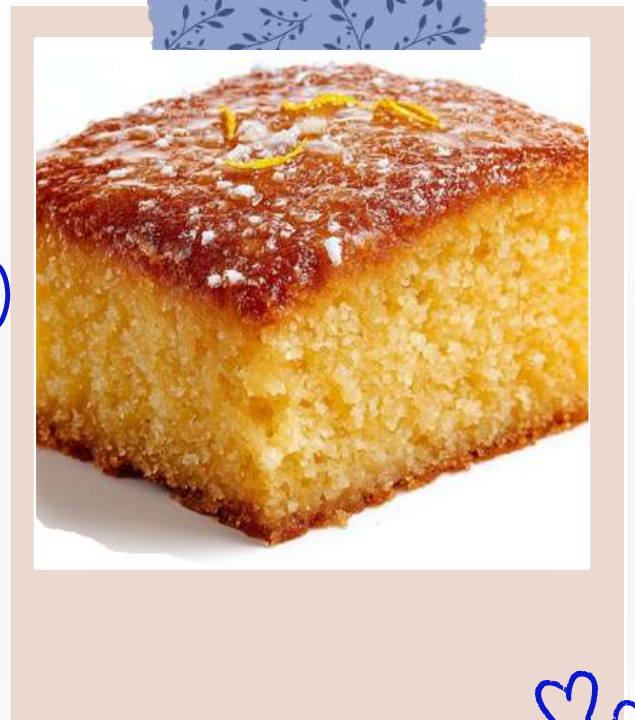
# Basboussa

(Gâteau à la semoule moyenne)

Difficulté



6 personnes



## Ingrédients :

- 60 g Amande en poudre
- 120 g de farine T55
- 150 ml d'huile de tournesol  
ou 200 g de beurre fondu
- 150 ml de lait 1/2 écrémé
- 12 g de levure chimique (1 sachet)
- 1 gros œuf
- 180 g de semoule moyenne
- 36 g de sucre cassonade
- 2 c à café de vanille liquide

## Sirop :

- 240 g de sucre
- 15 ml de jus de citron concentré  
(sans sucre type pulco)
- 180 ml d'eau
- 30 ml d'eau de fleur d'oranger



On peut réaliser le gâteau avec ou sans eau de fleur d'oranger ou bien la remplacer par du zeste de citron et du jus de citron

## Préparation :

- Préparer le sirop et laisser refroidir.
- Bien mélanger tous les ingrédients.
- Verser le mélange dans un moule carré huilé.
- Faire cuire dans un four préchauffé à 180° jusqu'à ce que la Basboussa soit bien dorée ≈ 30 mn
- Verser le sirop froid sur la Basboussa chaude ensuite remettre au four éteint en laissant la porte entre ouverte.
- Laisser refroidir puis couper.



# RECETTE N° 11

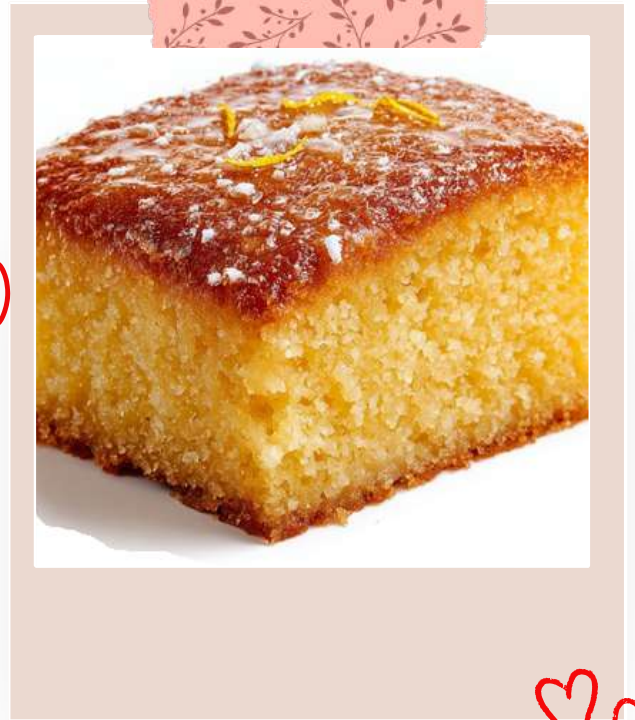
## Basboussa coco

(Gâteau à la semoule moyenne)

Difficulté



6 personnes



### Ingrédients :

- 30 g Amande en poudre
- 120 g de farine T55
- 150 ml d'huile de tournesol ou 200 g de beurre fondu
- 150 ml de lait 1/2 écrémé
- 30 g de noix de coco râpée
- 12 g de levure chimique (1 sachet)
- 1 gros œuf
- 180 g de semoule moyenne
- 36 g de sucre cassonade
- 2 c à café de vanille liquide

### Sirop :

- 240 g de sucre
- 180 ml d'eau
- 15 ml de jus de citron concentré
- 30 ml d'eau de fleur d'oranger



On peut réaliser le gâteau avec ou sans eau de fleur d'oranger ou bien la remplacer par du zeste de citron et du jus de citron

### Préparation :

- Préparer le sirop et laisser refroidir.
- Mélanger bien tous les ingrédients.
- Verser le mélange dans un moule carré huilé.
- Faire cuire dans un four préchauffé à 180° jusqu'à ce que la Basboussa soit bien dorée ≈ 30 mn
- Verser le sirop froid sur la Basboussa chaude ensuite remettre au four éteint en laissant la porte entre ouverte.
- Laisser refroidir puis couper.
- Pour une touche décorative, ajoutez de la noix de coco râpée sur le dessus avant de servir.



## RECETTE N° 12

# Riz au lait maison

Difficulté



10 personnes



## Ingrédients :

- 800 ml de lait entier
- 100 g de sucre semoule
- 20 g de beurre
- 120 g de riz rond spécial dessert
- 1 c à soupe d'extrait de vanille ou 1 gousse de vanille
- 1 pointe de gros sels



## Préparation :



- Faire blanchir le riz dans de l'eau bouillante pendant 2 minutes et l'égoutter "précuisson"
- Chauffer le lait avec le sucre, le beurre le sel et la vanille fendue dans le sens de la longueur et gratter.
- Ajouter le riz blanchi et égoutté et laisser cuire une quinzaine de minutes à feu doux tout en remuant de temps en temps.
- En fin de cuisson le riz ne doit pas être croquant, laisser cuire quelques minutes supplémentaires si c'est le cas.
- Répartir le riz chaud dans des ramequins, servir tiède ou froid selon l'envie.

### Astuces du chef:

*Vous pouvez agrémenter votre riz au lait avec un peu de cannelle en poudre ou de cacao et pour les plus gourmands un caramel beurre salé.*



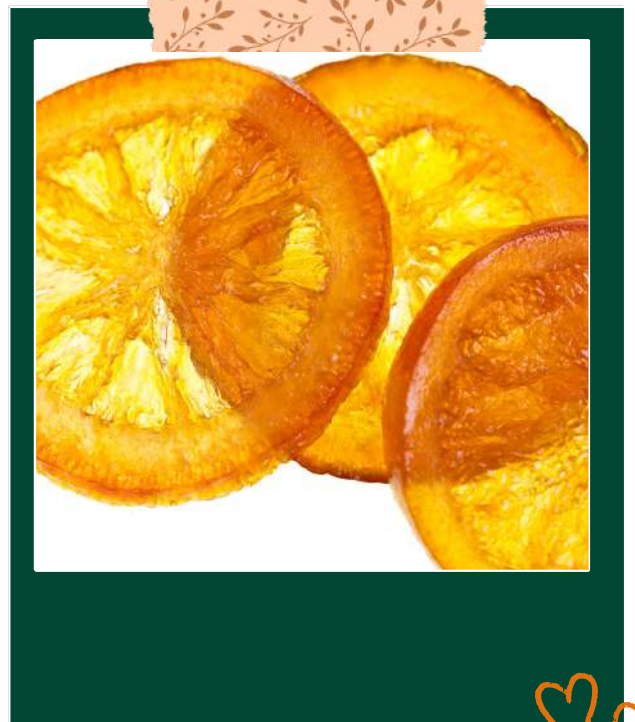
RECETTE N° 13

# Fruits confits

Difficulté



10 personnes



## Ingrédients :

- 2 oranges non traitées
- 300 g de sucre en poudre
- 300 g d'eau
- 2 citrons non traités
- 300 g de sucre en poudre
- 300 g d'eau

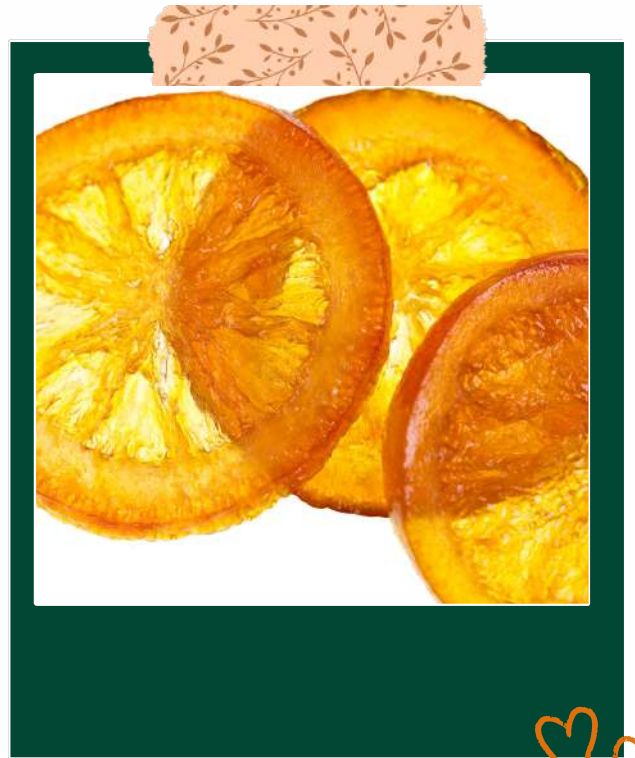


## Préparation :

- Pour réaliser cette recette de tranches d'oranges confites, commencer par préparer tous les ingrédients. Laver soigneusement les oranges et les trancher en rondelles régulières de 3 à 4 mm d'épaisseur.
- Porter à ébullition l'eau et le sucre en poudre.
- Lorsque le sucre est bien fondu, ajouter les tranches d'oranges dans le sirop frémissant.
- Cuire à frémissement pendant 15 minutes.
- Une fois les 15 minutes écoulées, stopper la cuisson et laisser refroidir dans le sirop. Renouveler les étapes 4 et 5, 5 fois. Jusqu'à ce qu'il n'y ait pratiquement plus de sirop et que les oranges soient confites, légèrement translucides.
- Égoutter les tranches d'oranges, les disposer sur un papier absorbant pour retirer le maximum de sirop.
- Bien éponger.

# RECETTE N° 13

## Fruits confits



Suite :

- Placer les tranches d'oranges à plat sur une feuille de papier sulfurisé, elle même posée sur une plaque à tuiles...  
...ou tout simplement sur une plaque à pâtisserie à plat (selon la forme définitive que vous souhaitez leur donner).
- Enfourner à 100°C, jusqu'à ce que les tranches soient sèches. Il est probable que le temps de cuisson soit de 4 à 5 heures. Surveiller de près la cuisson. Ces tranches d'oranges confites peuvent être conservées dans une boîte hermétique dans un endroit sec pendant 8 à 10 jours.

RECETTE N° 14

# Cake aux fruits confits

Difficulté



10 personnes



## Ingrédients :

- 135 g de beurre demi-sel
- 2 citron jaune confit entier
- 2 orange confite entière
- 170 g de farine T55
- 5 g de levure chimique
- 3 œufs
- 160 g de sucre en poudre
- 75 g de raisins secs
- 2 ml de Rhum (ou d'arôme naturel de rhum sans alcool)

## Préparation :

- La veille faire confire les citrons et les oranges voir " Recette 13 ".
- Les couper en petits dés (écorces incluses).
- Faire fondre le beurre.
- Blanchir les œufs et le sucre, dans un saladier, fouetter les œufs entiers avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et devienne mousseux.
- Ajouter la farine tamisée avec la levure. Mélanger délicatement.
- Verser le beurre fondu tiède en filet tout en mélangeant.
- Incorporer les dés de citrons confits les oranges confites et les raisins secs. Mélanger délicatement.
- Ajouter le rhum et mélanger.
- Verser dans un moule à cake beurré et fariné. Cuire au four 35 à 40 min à 180 °C. Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau.

### Astuces du chef:

Laisser reposer le cake une journée dans du film alimentaire pour encore plus de moelleux et de saveurs.

# My Notes



# Fournisseurs Locaux, Bio

- Boulangerie de Crevin : pain
- La ferme du levant à Chanteloup : pain
- Breizh Achats : viande
- Les chèvres du p'tit bout à St Malo de Phily : produits chèvre
- Bertin Emmanuel à Guichen : huiles et graines
- Ferme du Boschet à Bourg des Comptes : lentilles vertes et graines
- Gaec la Roche à Pancé : lait et crème épaisse
- Moulin du Roudun à Poligné : farine
- GALLIEN Rolland à Crevin : galettes
- Piment rouge à Cesson : produits et épices asiatiques
- Subery : fruits, légumes bio locaux
- Manger bio 35 : fruits, légumes, laitages, œufs
- Biocoop : épicerie

Toute une équipe pour  
vous permettre de manger  
bio, local et fait maison au  
collège Simone Veil



**En cuisine et au service :**

Katia, Laëtitia L, Ayoub et Gilles

**Au service et à la plonge :**

Chantal, Isabelle, Sylvie, Valérie et Pascal

**Toute l'équipe de vie scolaire :**

Alexandra, Floriane, Lucie, Baptiste, Claire,  
Safidy, Kévin, Noémie, Elodie et Mathilde

**En coulisses :**

Mélissa, Michael et Franck

**Avec l'accompagnement :**

du Conseil Départemental d'Ille et Vilaine, de la  
société coopérative Nourir l'Avenir (SIC), de la  
principale Anne Hamelin et de la principale  
adjointe Caroline Plagniol



Retrouvez ces recettes sur le site du collège !



*Imprimé par l'imprimerie du collège Simone Veil à Crevin*

(35)  
*Mai 2026*