

« Goûte, mange, bouge »

La newsletter qui vous propose des recettes simples et rapides,
des astuces et idées de sorties pour toute la famille.

Les brioches

Viennoiserie typiquement française, la brioche nous fait tourner la tête :
il en existe tant de saveurs et de formes différentes !

Bien qu'on retrouve au Moyen-âge des traces de ce mélange (à savoir, farine, œufs, beurre,
lait et eau), c'est bien en Normandie au XVI^{ème} siècle qu'est née la brioche.

Autrefois considérée comme une pâtisserie de luxe, grâce notamment à Marie-Antoinette
(voir encart en page 2), la brioche a su se démocratiser et se décliner au gré des us et
coutumes de chaque région française
(voir le jeu au dos de la newsletter).

Devenue un grand classique de la boulangerie française,
qui s'exporte même à l'international, la brioche sait satisfaire
les papilles des moins gourmands.

Côté nutrition, la brioche cache bien son jeu. Bien que sa texture soit
légère, grâce à sa mie fine, une brioche contient plus de 250 calories.

Elle est encore plus riche lorsqu'elle est garnie
de pépites de chocolat ou bien de grains de sucre.
La brioche reste donc une viennoiserie à consommer
avec modération, pour le plaisir.



Edouard Manet
Still life with brioche

La brioche des rois

Ingrédients pour une petite couronne

280 g de farine T45
10 g de levure fraîche de boulanger
80 ml de lait
40 g de sucre en poudre
3/4 cuillère à café de sel
2 cuillères à soupe d'eau de
fleur d'oranger
1 gros œuf
70 g de beurre mou



Pour la déco :

1 jaune d'œuf
Sucre en grains

Fruits confits

Temps de préparation : 30 min + 4h de repos

Temps de cuisson : 35 minutes

Faire tiédir le lait et y émietter la levure.
Laisser-la se dissoudre pendant 10 minutes.
Placer la farine, le sel, le sucre et le mélange
lait/levure dans la cuve de votre robot, en faisant
attention à ce que le sel ne touche pas la levure.
Pétrir avec le crochet, à vitesse
moyenne, pendant 5 minutes.
Ajouter l'œuf et l'eau de fleur d'oranger.
Pétrir de nouveau 5 minutes,
toujours à vitesse moyenne.
Enfin, incorporer le beurre en morceaux.
Pétrir 10 minutes à vitesse moyenne. La pâte doit se
détacher toute seule des parois. Si ça n'est pas le cas,
ajoutez un peu de farine.
Couvrir d'un linge propre et laissez pousser
pendant 3 heures près d'un radiateur.
La pâte doit doubler de volume.
Déposer la pâte sur un plan de travail fariné et
dégazer-la en l'aplatissant avec vos mains.
Former ensuite une couronne.
N'oublier pas de placer la fève !
Laissez pousser une heure.

Préchauffer le four à 160°C. Badigeonner le dessus de
la brioche avec du jaune d'œuf à l'aide d'un pinceau
alimentaire. Saupoudrer ensuite de sucre en grains.
Enfourner 35 minutes à chaleur tournante.

Laisser refroidir et décorer de fruits confits.
Bonne dégustation !

Et pourquoi pas des brioches salées ?



Succès assuré pour cette couronne de brioches au camembert.
Trempez les brioches dans le camembert sorti du four...
Un régal !



Remplacez le traditionnel pain pour hamburger par de la brioche pour apporter un côté encore plus gourmand.

Succombez devant ces brioches façon œuf cocotte.



Osez la brioche aux herbes de Provence à déguster lors de l'apéritif ou au cours du repas.

Source : Pinterest ©

« Qu'ils mangent de la brioche ! »

Cette citation a longtemps été associée à Marie-Antoinette, qui aurait prononcée cette phrase lors de la révolution Française alors que le peuple souffrait de faim.

C'est faux ! On trouve en effet déjà mention de cette phrase dans le livre *Confessions* de Jean-Jacques Rousseau, publié en 1778 à titre posthume. Dans son livre, cette phrase y est prononcée par « une grande princesse ». Beaucoup l'ont par la suite associée à Marie-Antoinette, à tort !

Tour de France des brioches

On trouve, partout en France, des brioches de formes, de tailles ou de saveurs différentes. Sauriez-vous retrouver le nom de chaque brioche ?



1.

A. Brioche parisienne
D. Kouglof



2.



3.

B. Brioche vendéenne
E. Brioche Nanterre



4.



5.

C. Fougasse d'Aigues-Mortes
F. Brioche Saint-Genix



6.

Réponses : 1F-2D-3B-4E-5A-6C

MAIRIE DE SAINT MARTIN DE CRAU

« Ma ville bouge, moi aussi »

Janvier 2018 — N° 38



Retrouvez nous sur le site
de la Ville :
www.saintmartindecrau.fr