

## Bûche épeautre poire noisette

### Biscuit moelleux noisette

INGREDIENTS	QUANTITES	REALISATION
Poudre d'amande	80 g	1- Préchauffer le four 170°. Chemiser la plaque 2- Séparer les blancs des jaunes. 3- Fouetter les jaunes avec le xylitol, le sucre de coco et l'huile de noisette. 4- Incorporer les poudres (noisettes, farine, sel, vanille). 5- Monter les blancs en neige souple puis les incorporer délicatement à la maryse. 6- Étaler uniformément l'appareil sur la plaque de cuisson. Cuire 12-14 min jusqu'à légère coloration. Refroidir sur grille
Farine épeautre complète	40g	
Farine de lupin	25g	
Xylitol	30g	
Sucre de coco	20g	
Œufs entiers	3	
Huile de noisette	40g	
Levure chimique	1cc	
Sel	1 pincée	
Gousse de vanille	1	

### Brunoise à la poire de tonka

INGREDIENTS	QUANTITES	REALISATION
Poires mûres	3	1- Eplucher et couper les poires en dés réguliers 2- Dans une casserole mettre les poires, la fève de tonka, le jus de citron, le sucre de coco et la pectine 3- Laisser compoter 3-4 minutes à feu doux. 4- Refroidir
Tonka	1 feve	
Sucre de coco	15g	
Jus de citron	1c. à soupe	
Pectine	3g	

### Praliné épeautre-noisette

INGREDIENTS	QUANTITES	REALISATION
Noisette	250g	1- Torréfier les noisettes et les amandes pendant- 20 min à 160 degrés. Laisser refroidir. 2- Dans une casserole, mettre les noisettes torréfiées avec l'épeautre soufflé et le sirop d'agave. 3- Étaler le tout sur une plaque et laisser refroidir. Mixer au mixeur plongeant (texture lisse).
Epeautre soufflé	50g	
Sirop d'agave	80g	

### Ganache chocolat-vanille

INGREDIENTS	QUANTITES	REALISATION
Chocolat blanc	40 g	1- Faire chauffer les 150g de crème liquide avec les grains et la gousse de vanille. 2- Dans un bol mettre le chocolat blanc, le xylitol et la gélatine hydratée. - 4- Verser la crème chaude et émulsionner. 5- Ajouter ensuite la crème froide et mixer au mixeur plongeant. 6- Laisser reposer au minimum 3 h au frais
Xylitol	20g	
Crème liquide	150+350g	
Gélatine	6g	
Gousse de vanille	1	