



# COOCKING FAMILY en visio


## Fabrication de chocolats zéro déchet




**Pour cet atelier, nous vous proposons de créer votre propre assortiment de chocolats, à base de chocolat noir, au lait et blanc, et de confectionner une jolie boîte de présentation pour éviter les emballages et recycler les matériaux ou déchets.**

**Avant cela, nous vous proposons de laisser libre court à votre imagination pour personnaliser et décorer votre boîte de présentation avec ce que vous aurez sous la main. A titre d'exemple, vous pourrez récupérer une boîte de camembert ou d'œuf, de la ficelle, du ruban, des chutes de papiers ou cartons de couleurs, des gommettes, paillettes, feutres, de la peinture, ...**

Recette N°1 :	Mendiants au chocolat noir
<u>Ingrédients pour une vingtaine de pièces :</u>	<u>Temps de préparation : 20 min</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 200 g de chocolat noir</li><li>• Garniture au choix : amandes, noisettes, pistaches, fruits secs (raisins, cranberries, abricots, figes,), écorces d'orange, copeaux de noix de coco, ...</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Faire fondre le chocolat au bain marie.</li><li>2. Une fois fondu, étaler une grande feuille de papier sulfurisé ou cuisson sur une tôle et former des pièces en chocolat à l'aide d'une cuillère à café.</li><li>3. Après avoir réparti la totalité du chocolat, parsemer sur chaque mendiant quelques éléments de la garniture choisie.</li><li>4. Placer au frigo pour laisser durcir plusieurs heures avant de décoller uns à uns les mendiants et de pouvoir déguster.</li></ol>
<u>Matériel :</u>	<u>Commentaires :</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Un saladier ou récipient</li><li>• Une casserole moyenne</li><li>• Une cuillère ou Maryse</li><li>• Une tôle ou plat</li><li>• Une cuillère à café</li><li>• Papier sulfurisé ou cuisson</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Le mendiant est une spécialité française datant du Moyen Age, originaire de Provence.</li><li>- Ils se déclinent avec tous types de chocolats, fruits secs et oléagineux selon les goûts et plaisir.</li></ul>

Recette N°2 :	Truffes de coco au chocolat blanc
<u>Ingrédients pour 20 pièces</u>	<u>Temps de préparation : 45 min</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 200 g de chocolat blanc</li><li>• 100 g de noix de coco râpé</li><li>• 20 g de crème allégée</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Faire un bain marie pour faire fondre le chocolat blanc et ajouter la crème.</li><li>2. Retirer le mélange du bain marie après avoir obtenu un mélange lisse et homogène.</li><li>3. Verser le mélange dans un récipient et laisser refroidir.</li><li>4. Saupoudrer dans une assiette de noix de coco râpé.</li><li>5. A l'aide d'une cuillère, confectionner de petites boules de la préparation et les rouler dans les copeaux de noix de coco. Placer au frais avant de déguster.</li></ol> 
<u>Matériel :</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Un saladier ou récipient</li><li>- Une casserole moyenne</li><li>- Une cuillère ou une spatule</li><li>- Une assiette</li><li>- Une cuillère à café</li></ul>	<u>Commentaires :</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ces truffes peuvent être roulées dans de la cannelle, du cacao, de la poudre de noisette ou d'amande selon l'inspiration.</li></ul>

Recette N°3 :	Surprises au chocolat au lait
<u>Ingrédients pour une trentaine de pièces :</u>	<u>Temps de préparation : 20 min</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 200 g de chocolat au lait</li><li>• Garniture au choix :<ul style="list-style-type: none"><li>-Epices : cannelle, gingembre, vanille, poivre, piment d'Espelette, fleur de sel ...</li><li>-Plantes : basilic, romarin, menthe, ...</li><li>- Fruits secs, confits, confiture ou gelée</li><li>- Amande, noix, noisettes, copeaux de noix de coco, ...</li><li>-Graines de sésame, pavot,</li><li>-Brisures de spéculoos, petits beurre, crêpes dentelle, ...</li></ul></li></ul> 	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Faire fondre <math>\frac{3}{4}</math> du chocolat au bain marie et bien uniformiser le mélange avec une spatule.</li><li>2. Remplir le fond des petits moules à l'aide d'une cuillère à soupe ou d'une petite louche.</li><li>3. Déposer dans chaque compartiment l'ingrédient/les ingrédients de votre choix en dosant la quantité.</li><li>4. Faire chauffer au bain marie le restant du chocolat puis une fois fondu déverser dans les compartiments en partageant bien entre le nombre de moules garnis et bien étaler pour obtenir une surface lisse et uniforme.</li><li>5. Placer au frais afin de faire figer le chocolat au moins une heure.</li><li>6. Démouler pour obtenir des chocolats individuels « surprises » fourrés selon vos goûts.</li></ol>
<u>Matériel :</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Un saladier ou un récipient</li><li>- Une casserole moyenne</li><li>- Une cuillère ou une spatule</li><li>- Petits moules ou bac à glaçons</li><li>- Une cuillère à soupe</li></ul>	<u>Commentaires :</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ne pas hésiter à varier les ingrédients pour que chacun puisse trouver un chocolat à son goût.</li><li>- Possibilité de faire des mélanges d'ingrédients dans un même chocolat. Attention à bien doser les ingrédients car au-delà de 3 différents les saveurs sont moins bien perçues.</li></ul>