Escargots à la cardamome

Recette de V-ZUG SA



Préparation	40 min
Temps de repos	2 h
Temps de cuisson	20 min
Pièces	20
Appareil	Combair V600 ab 2024

Les escargots à la cardamome sont une pâtisserie à base de levure très appréciée en Scandinavie. La pâte et la garniture sont affinées avec de la cardamome moulue, ce qui leur donne leur goût typique. La farce beurrée et le sucre aux épices saupoudré sur les escargots rendent cette pâtisserie particulièrement délicieuse.

Pâte

500 g de farine blanche

1 cs de sucre

1½ cc de sel

1 cc de cardamome en poudre

½ cube de levure (env. 20 g), émiettée

150 ml de lait

100 ml d'eau

100 g de beurre, en morceaux

Garniture

200 g de sucre

1 cc de cardamome en poudre

½ cc de cannelle

150 g de beurre mou

2 pincées de sel

Un peu de lait

Sirop

50 ml d’eau

50 g de sucre

Pâte

Mélanger la farine, le sucre, le sel et la cardamome en poudre dans un saladier. Ajouter la levure et mélanger. Verser le lait et l'eau, ajouter le beurre, pétrir jusqu'à obtention d'une pâte souple et lisse. Couvrir la pâte et la laisser reposer à température ambiante pendant environ 30 minutes, puis la laisser reposer au réfrigérateur pendant environ 30 minutes.

Garniture

Mélanger le sucre, la cardamome en poudre et la cannelle dans un saladier, en réserver environ ⅓. Ajouter le beurre et le sel au reste du mélange de sucre, mélanger.

Façonnage

Abaisser la pâte en un carré d'environ 40 × 40 cm, la recouvrir uniformément de farce. Replier le tiers supérieur du côté long, le recouvrir du tiers inférieur. Abaisser à nouveau la pâte en un rectangle d'environ 40 × 20 cm. Couper la pâte en 20 bandes d'environ 2 cm de large chacune. Allonger un peu chaque bande, puis l'enrouler deux fois autour de deux doigts, placer la bande restante en travers, presser l'extrémité au milieu. Déposer les escargots, en orientant le «beau» côté vers le haut, sur deux plaques à gâteaux recouvertes de papier sulfurisé, couvrir et laisser lever pendant environ 1 heure.

Sirop

Préchauffer l’espace de cuisson à l’air chaud humide à 190 °C. Badigeonner les escargots d'un peu de lait, insérer les plaques dans l'espace de cuisson préchauffé, faire cuire env. 20 minutes. Verser l'eau et le sucre dans une casserole, porter à ébullition. Faire réduire le liquide à l'état de sirop pendant env. 5 minutes, laisser refroidir un peu. Sortir les escargots de l'espace de cuisson, les déposer sur une grille, les badigeonner de sirop tant qu’ils sont encore chauds, saupoudrer de sucre de cardamome réservés.

(Pré)chauffer l’enceinte de cuisson à 190 °C avec Air chaud humide

Enfourner le mets à cuire

Air chaud humide 190 °C pendant 20 min

Conseils

Au lieu de la poudre de cardamome, écraser les gousses de cardamome, retirer les écorces et piler grossièrement les grains.

Ajouter un peu de jus de citron au sirop.

Accessoires

Plaque à gâteaux

Informations complémentaires

Créée le	04.08.2025