

# RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/macaron-meringue-francaise/>

La recette de base des macarons, méthode Française (il y a plusieurs méthodes: Française, Italienne, Suisse). C'est la version la plus facile

Temps de préparation : 30 Minutes

Temps de cuisson : 13 Minutes

Temps de repos : 1 H

Volume : 48 coques de 5 cm de diamètre

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Base, Coque De Macaron,

## Ingrédients

### **Pour 24 Macarons de 5 cm de diamètre (48 coques) ou 37 Macarons de 4 cm de diamètre**

120 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 4 Oeufs. Préférable quand ces blancs soient vieillis, c'est à dire séparés puis réservés au frais de 1 à 3 jours

166 grammes de Sucre Prendre un sucre semoule

Un peu de Crème de Tartre c'est une poudre qui sert à stabiliser les Blancs et c'est facultatif

Un peu de Colorant alimentaire Couleur en fonction de la recette ( rouge pour fraises, vert pour pistaches, etc... ). Utiliser un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre

\*Tant pour tant:

166 grammes de Sucre Glace

166 grammes de Poudre d'amandes

### **Pour 20 Macarons de 5 cm de diamètre (24 coques)**

100 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 3,3 Oeufs. Préférable quand ces blancs soient vieillis, c'est à dire séparés puis réservés au frais de 1 à 3 jours

138,3 grammes de Sucre Prendre un sucre semoule

Un peu de Crème de Tartre c'est une poudre qui sert à stabiliser les Blancs et c'est facultatif

Un peu de Colorant alimentaire Couleur en fonction de la recette ( rouge pour fraises, vert pour pistaches, etc... ). Utiliser un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre

\*Tant pour tant:

138,3 grammes de Sucre Glace

## RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

138,3 grammes de Poudre d'amandes

### **Pour 12 Macarons de 5 cm de diamètre (24 coques)**

60 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 2 Oeufs. Préférable quand ces blancs soient vieillis, c'est à dire séparés puis réservés au frais de 1 à 3 jours

83 grammes de Sucre Prendre un sucre semoule

Un peu de Crème de Tartre c'est une poudre qui sert à stabiliser les Blancs et c'est facultatif

Un peu de Colorant alimentaire Couleur en fonction de la recette ( rouge pour fraises, vert pour pistaches, etc... ). Utiliser un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre

\*Tant pour tant:

83 grammes de Sucre Glace

83 grammes de Poudre d'amandes

### **Pour 18 Macarons de 5 cm de diamètre (36 coques)**

90 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 3 Oeufs. Préférable quand ces blancs soient vieillis, c'est à dire séparés puis réservés au frais de 1 à 3 jours

124,5 grammes de Sucre Prendre un sucre semoule

Un peu de Crème de Tartre c'est une poudre qui sert à stabiliser les Blancs et c'est facultatif

Un peu de Colorant alimentaire Couleur en fonction de la recette ( rouge pour fraises, vert pour pistaches, etc... ). Utiliser un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre

\*Tant pour tant:

124,5 grammes de Sucre Glace

124,5 grammes de Poudre d'amandes

### **Pour 60 Macarons de 5 cm de diamètre (120 coques)**

300 grammes de Blancs d'Oeuf pris de 10 Oeufs. Préférable quand ces blancs soient vieillis, c'est à dire séparés puis réservés au frais de 1 à 3 jours

415 grammes de Sucre Prendre un sucre semoule

Un peu de Crème de Tartre c'est une poudre qui sert à stabiliser les Blancs et c'est facultatif

Un peu de Colorant alimentaire Couleur en fonction de la recette ( rouge pour fraises, vert pour pistaches, etc... ). Utiliser un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre

\*Tant pour tant:

415 grammes de Sucre Glace

415 grammes de Poudre d'amandes

## Instructions

### **Préparation des Blancs**

1. Il est fortement conseillé de faire vieillir les blancs, c'est à dire séparés et laissés au frais, au moins un jour (3 jours idéalement) : ceci-dit, si vous ne disposez pas de ce temps d'attente, ce n'est

## RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

pas un problème !

2. Par contre, vieillis ou pas, les Blancs d'Oeuf (120 g pris de 4 Oeufs) doivent être laissés à température ambiante pendant 1 heure avant de les utiliser : ils monteront mieux
3. Avant de battre les Blancs d'Oeuf, on peut ajouter une pointe de Crème de Tartre sur les blancs, ce qui évite de les grainer, et de les monter en toute sécurité
4. La crème de tartre stabilise les Blancs d'Oeuf et leur permet de maintenir leur texture lorsqu'ils sont fouettés en neige. Elle augmente leur tolérance à la chaleur et peut aider à faire une jolie collerette
5. Je précise que cette crème de tartre est facultative
6. Juste avant de fouetter les Blancs d'Oeuf, verser une moitié du Sucre (83 g) sur les Blancs d'Oeuf
7. Monter (fouetter) les Blancs d'Oeuf (120 g pris de 4 Oeufs) avec un batteur électrique ou avec un robot (genre Kitchen Aid) muni du fouet

### Monter les blancs

8. L'important, c'est de fouetter à Vitesse Moyenne d'abord, pendant 7 minutes. Les Blancs d'Oeuf vont mousser mais pas forcément "monter", mais c'est normal !
9. Avec le robot, j'utilise la vitesse 4 (sur 10)
10. On croit toujours qu'il faut battre les blancs à Vitesse Maximale, mais c'est une erreur : pour obtenir des blancs bien montés qui ne retombent pas, on doit commencer à Vitesse Moyenne pendant 7 minutes
11. Au bout des 7 minutes, augmenter la vitesse (Vitesse Elevée) pendant 2 minutes
12. Avec le robot, j'utilise la vitesse 7 (sur 10)
13. Ajouter la deuxième moitié du Sucre (83 g), en plusieurs fois, afin de serrer les blancs, pendant 2 minutes
14. Avec le robot, j'utilise la vitesse 8 (sur 10)
15. Puis serrer 2 minutes, à Vitesse Maximale
16. Il faut obtenir des blancs bien montés, afin d'obtenir une belle collerette. Pour savoir si on peut arrêter de fouetter, faire le test du « bec d'oiseau » : en retournant le fouet, la pointe fait un bec d'oiseau (plutôt un bec d'aigle)

### Pour des coques colorées

17. Si vous voulez colorer les coques, c'est le moment d'ajouter le Colorant alimentaire
18. Avant d'ajouter le Colorant alimentaire, j'arrête le fouet sinon le colorant se projette sur les parois de la cuve
19. Attention, tous les colorants ne se valent pas... Certains peuvent faire éclater les macarons, voir mon article du blog qui parle des dangers à éviter (ICI). Privilégier un colorant hydrosoluble, et si possible en poudre
20. Ne pas arrêter de fouetter les blancs, car sinon ils retombent ! Arrêter le fouet seulement lorsque vous passez à l'étape suivante

### Quel type de colorant ?

21. Un colorant hydrosoluble est recommandé lorsque la pâte contient beaucoup d'humidité, comme

## RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

c'est le cas des blancs d'oeufs

22. Comme je l'ai expliqué dans cet article du blog (ICI), c'est important car le choix de mauvais colorant fera "exploser" les macarons pendant la cuisson

23. Le plus important est de prendre un colorant hydrosoluble et non pas liposoluble. Egalement, je privilégie ceux qui sont sous forme de poudre

24. Si vous n'arrivez pas à obtenir des blancs bien serrés (le test du bec d'oiseau ne marche pas), alors vous pouvez ajouter une cuillère de meringue en poudre et fouetter 2 minutes, ce qui va aider les blancs

25. Ce problème arrive quand vos blancs d'oeuf manquent de tenue : mauvaise qualité d'oeufs ou blancs trop vieillis ou présence d'impureté dans les blancs

26. Mixer au robot à lame ('robot coupe') le tant pour tant, c'est à dire le Sucre Glace (166 g) et la Poudre d'amandes (166 g). Le but est de moulinier finement les poudres, et de réduire la quantité de poudre qui sera rejetée lors du tamisage

27. Pour les étapes suivantes, je change de bol. Le macaronnage est plus facile avec un bol large

28. Tamiser le tant pour tant directement sur les blancs

29. Le but est d'éviter des "grumeaux" qui auraient du mal à se mélanger aux blancs

### **Le Macaronnage**

30. On va incorporer l'appareil, c'est à dire mélanger très délicatement, en raclant les bords, en retournant puis l'appareil sur lui-même, mais sans jamais fouetter. Pour cette opération, on a besoin d'une maryse

31. Battre l'appareil permet de rendre les macarons brillants, important pour le macaronnage

32. Bien racler le bord de la cuve avec une maryse, sans fouetter car on écraserait les blancs

33. C'est la principale difficulté de la recette: trop macaronné, et les coques ne monteront pas, et pas assez macaronné, et les coques seront déformées.

34. Au départ, on a des poudres avec une masse de blancs qui semblent mal s'incorporer. Après quelques tours de macaronnage, on a une masse qui présente toujours des grumeaux

35. Puis la masse s'assouplit, s'homogénéise, et se transforme en appareil à macaron, une pâte dont il faut à présent vérifier la texture

### **Le Macaronnage : Autre technique**

36. Une autre technique de macaronnage, c'est de mélanger pendant pas plus de 8 secondes à Vitesse Moyenne, seulement en utilisant le robot (genre Kitchen Aid), muni de la 'feuille' (appelé parfois le 'K') (et non PAS le fouet)

37. Ceci ne marche PAS avec un batteur électrique

### **Quand arreter de macaronner ?**

38. Pour savoir si on a bien macaronné, retourner la maryse: si l'appareil accroche à la maryse, ou s'il tombe en masse, ce n'est pas assez macaronné, il faut continuer, car ce n'est pas assez liquide : les macarons cuiront en forme de "dome" et ne seraient pas plats

39. Si l'appareil tombe comme un liquide, vous avez trop macaronné, il est trop tard et c'est irrécupérable : les macarons s'aplatiront à la cuisson

## RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

40. Test du ruban : l'appareil tombe en ruban dans le bol, comme quand on laisse tomber un ruban
41. Ici, l'appareil tombe en ruban de la maryse : on voit des plis à la base. c'est le moment d'arrêter le macaronnage
42. Idéalement, les plis du ruban ne retombent pas et restent intacts au moins 2 minutes
- Une autre méthode de test que j'ai appris : passer un doigt et faire une entaille
- Si l'entaille ne se referme pas : c'est pas assez macaronné
  - Si l'entaille se referme aussitôt : c'est trop macaronné, et c'est irrécupérable
  - Si l'entaille se referme mais très lentement (au moins 5 minutes) : c'est bon !
43. Vous verrez que le résultat est brillant : c'est l'albumine des blancs d'oeufs qui ont macaronné

### Mise en poche à douille

44. Utiliser une poche à douille, avec une douille lisse, entre 0,8 cm ou 8 mm et 0,5 cm ou 5 mm de diamètre
45. Avant de transférer l'appareil dans la poche à douille, coincer la douille dans la poche à douille pour éviter que l'appareil ne sorte
46. Transférer l'appareil à macaron dans la poche à douille
47. Visser la poche à douille

### Le matériel de cuisson

Le matériel pour pocher les macarons : J'utilise deux plaques pour pocher mes macarons.

Privilégier les plaques perforées qui permettent une meilleure diffusion de la chaleur

Vous avez ensuite le choix d'utiliser un tapis silicone ou un papier sulfurisé

Comme j'ai expliqué dans l'article, ICI, le choix de tapis silicone ("silpat") ou de papier sulfurisé dépend de votre four et de votre plaque de cuisson. Quand je fais ces macarons chez moi, j'utilise un tapis silicone ("silpat"), et chez des amis, je dois changer et prendre du papier sulfurisé

Si vous utilisez du papier sulfurisé, coller avec un peu d'appareil à macaron, afin d'éviter que le papier ne se soulève pendant la cuisson et déforme les macarons

48. Pocher les macarons
49. Suivant votre macaronnage, vous pouvez avoir une pointe, mais elle devrait disparaître quand vous tapez les plaques
50. Un conseil : pocher en quinconce, afin de permettre une cuisson plus homogène des macarons, car cela permet une meilleure diffusion de la chaleur
51. Le but c'est de pocher des macarons de même diamètre, et au début, ce n'est pas chose facile
52. Une astuce, c'est de compter : dès que vous commencez à déposer de la pâte, compter "1-2" pour des petits macarons, et "1-2-3" pour de plus gros macarons, et cela ne marche pas trop mal !

### Aplatir les macarons

53. Il faut aplatir les macarons : Faire tomber les plaques de 70 centimètres, afin que les coques s'aplatissent et également afin que les bulles d'air sortent

54. Une autre technique est de taper les plaques contre votre plan de travail

55. Un danger, c'est que les macarons se déforment, on veut obtenir des macarons bien ronds et pas ovales ! Je trouve que les plaques "lourdes" sont plus efficaces à cet effet

## RECETTE DU MACARON, VERSION MERINGUE FRANÇAISE (RECETTE DE M.O.F)

### **Croutage**

56. Il faut laisser les plaques à l'air libre afin de faire crouter

57. Evitez de laisser les plaques à côté d'une source humide comme l'évier de la cuisine, ou dans un courant d'air qui sécheraient trop vite les coques

58. Laisser crouter afin que les coques ne se fissurent pas pendant la cuisson. La croute va empêcher que l'humidité qui se dégage à la cuisson ne "passe" par le sommet des coques, l'obligeant à passer sur les côtés : cela fait lever les coques pendant la cuisson, cela évite de les fissurer, et cela crée la fameuse collerette c'est donc une étape essentielle pour réussir vos macarons

59. Pour savoir si les coques sont prêtes, toucher délicatement: si le doigt sent que la coque n'accroche pas, c'est prêt !

60. Le temps de croutage dépend de la température et de l'humidité de l'environnement de travail, du diamètre de vos macarons, etc...

### **Cuisson**

61. Enfourner au four préchauffé à 160 C (Thermostat 5), pendant 13 minutes

62. Le temps de cuisson est donné à titre indicatif, car chaque four est différent, il faudra veiller à ce que les macarons soient assez cuits, restent tendres, ne sèchent pas et surtout qu'ils ne brunissent pas

63. J'ai essayé cette recette avec un four conventionnel ("statique", "à convection naturelle") et avec un four à chaleur tournante "convection, avec ventilateur", et le résultat était le même sensiblement

64. Il est recommandé d'ouvrir la porte du four 2 ou 3 fois très brièvement afin de faire sortir l'humidité (si le four est trop humide, les macarons peuvent se fissurer). Avec certains fours, il est même recommandé de laisser la cuillère dans la porte pendant toute la cuisson...

65. Sortir du four

66. A la sortie du four, retirer les coques des plaques aussitôt afin de stopper la cuisson

67. Attendre 5 minutes avant de retirer les coques

68. Ne pas tirer sur les coques au risque de les abimer

69. Plier le tapis silicone ou le papier sulfurisé sous la coque et retirer délicatement

### **Astuces et Conseils**

Pour consulter la liste des Conseils et Astuces pour réussir les macarons, voir [ICI](#)