



Vous pouvez voir ce Moky, soit comme un roulé au moka – cette ultra-gourmandise qui a déserté presque toutes les vitrines de pâtisseries –, soit comme une superbe bûche de Noël enlacée de fines lanières de chocolat blanc au café. Je trouve que ce type de gâteau manque un peu chez les artisans. À vous de jouer !

MOKY

L'AVANT-VEILLE

Réaliser la ganache montée.

LA VEILLE

Réaliser le biscuit, le sirop et le montage.

LE JOUR MÊME

Masquer le roulé et réaliser les finitions chocolat.

Prévoir 4 heures de décongélation au réfrigérateur avant de déguster.

POUR UN ROULÉ DE 60 CM, SOIT 2 BÛCHES DE 8 PERSONNES

30 g de café arabica doux en grains	2,9 %
300 g de lait écrémé	29,1 %
1,15 g de konjac	0,11 %
300 g de chocolat blanc Opalys 33 %	29,1 %
400 g de crème liquide 35 % MG	38,8 %

220 g de blancs d'œufs	25,1 %
100 g de sucre inverti ou de miel	11,4 %
230 g de farine T55	26,2 %
9 g de levure chimique	1 %
100 g de sucre glace	11,4 %
4 g sel fin	0,4 %
160 g d'huile de colza grillé	18,2 %
55 g de lait entier	6,3 %

25 g de sucre semoule	9,1 %
250 g de café fort, type ristretto	90,9 %

GANACHE MONTÉE AU CHOCOLAT BLANC OPALYS, PARFUMÉE AU CAFÉ TF 140 %

Concasser les grains de café.

Dans une casserole, porter le lait à ébullition, puis mettre à infuser le café concassé à couvert durant environ 15 minutes.

Chinoiser et peser de nouveau pour compléter le poids de lait initial.

Tout en mélangeant à l'aide d'un fouet, ajouter le konjac et porter de nouveau à ébullition.

Verser le mélange chaud sur le chocolat, émulsionner avec une Maryse et mixer dès que possible pour parfaire l'émulsion. Ajouter la crème liquide froide et mixer de nouveau. Réserver au réfrigérateur au moins 4 heures, idéalement 12 heures.

BISCUIT EMMANUEL À L'HUILE DE COLZA GRILLÉ

Dans un batteur équipé d'une feuille, mélanger les blancs d'œufs et le sucre inverti. Tamiser ensemble la farine, la levure chimique, le sucre glace et le sel fin. Ajouter les poudres au premier mélange, puis l'huile de colza, et enfin le lait.

Verser 870 g sur une plaque de 40 cm x 60 cm, sur une feuille de papier sulfurisé, ou un tapis en silicone.

Étaler la pâte régulièrement. Enfourner à 180 °C durant 10 à 12 minutes. Dès la sortie du four, faire glisser sur une grille pour éviter que le biscuit ne se dessèche.

SIROP AU CAFÉ

Mélanger le sucre dans le café chaud.

MOKY

250 g de chocolat blanc Opalys 33 %
20 g de café soluble

92,6 %
7,4 %

LANIÈRES DE CHOCOLAT BLANC MARBRÉES DE CAFÉ

Faire fondre le chocolat à 35-40 °C, puis ajouter le café soluble. Étaler très finement et rapidement une louche de chocolat sur une plaque ou une plaque de marbre passée au congélateur ; aussitôt, découper à l'aide d'un couteau des lanières de largeurs différentes, afin de donner un côté aléatoire et élégant.

MONTAGE ET FINITION

L'AVANT-VEILLE – Réaliser la ganache montée.

LA VEILLE – Torréfier les amandes au four à 150 °C, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées à cœur.

Réaliser le biscuit et le sirop. Une fois le biscuit refroidi, l'imbiber avec 250 g de sirop pour une feuille de 40 cm x 60 cm.

Dans un batteur équipé d'un fouet, foisonner lentement la ganache montée jusqu'à obtenir une texture de glace à l'italienne. Étaler 900 g de ganache sur le biscuit imbibé et réserver au réfrigérateur le restant pour le masquage du rouleau. Concasser les amandes torréfiées, puis les parsemer sur la ganache montée. Rouler le biscuit garni, sur lui-même, en serrant au maximum. Si possible, le déposer dans une gouttière à bûche afin qu'il conserve sa forme cylindrique, puis surgeler.

LE JOUR MÊME – Masquer le rouleau avec le reste de ganache montée. À l'aide d'un couteau à peine chauffé, découper les extrémités pour laisser apparaître une jolie coupe et la spirale du montage.

Confectionner les lanières de chocolat blanc tel qu'indiqué ci-dessus et les appliquer de façon aléatoire, gourmande et esthétique, sur le roulé. Ne pas hésiter à laisser déborder sur les extrémités, c'est trop beau, et cela donne un rendu très « fait main » !

Prévoir 4 heures de décongélation au réfrigérateur avant de déguster.

Voici une version raisonnée du biscuit Emmanuel : le beurre est remplacé par de l'huile, aromatiquement intéressante, et les œufs entiers par des blancs. La quantité lipidique du beurre et de l'huile est presque identique, mais le beurre contient dix fois plus d'acides gras saturés que l'huile. Selon le type d'huile, la répartition des acides gras mono-insaturés et poly-insaturés varie, mais leur proportion est beaucoup plus importante que dans le beurre. Certaines huiles peuvent fournir des acides gras essentiels, les oméga-6 et 3. Notre alimentation

couvre largement nos besoins en oméga-6 (pro-inflammatoires), mais nous ne consommons pas assez d'oméga-3 (anti-inflammatoires), ce qui déséquilibre le ratio idéal de 5 oméga-6 pour 1 oméga-3. Enfin, l'huile ne contient pas de cholestérol, mais

des stérols qui sont beaucoup moins délétères. Pour la ganache montée, à la place de la crème, nous avons utilisé du lait, texturé avec du konjac. Son pouvoir épaississant, dû au fait que la molécule piège une grande quantité d'eau pour s'hydrater, est bien supérieur à celui notamment de la fécule de pomme

de terre. Il faut donc le doser avec parcimonie et précision. Cet additif naturel et végétal est stable aux changements de température et très peu sensible à l'acidité. On a aussi retiré les sucres techniquement pas indispensables, le chocolat blanc apportant la sensation sucrée. Cette version peut être dressée à la poche et utilisée jusqu'à plusieurs heures après foisonnement. Ici, cela permet de foisonner toute la ganache montée et d'en conserver une partie pour masquer la bûche plus tard.

Un des principes de la « gourmandise raisonnée » est d'améliorer le profil nutritionnel d'une recette riche en glucides et en lipides.

