***\*\*\* CROQUANTS AUX MYRTILLES, COCO, CITRON \*\*\****

*Niveau de difficulté : Facile*

*Temps de cuisson : 50 minutes*

*Temps de préparation : 20 minutes*

*Temps de repos : 0*

***Ingrédients pour 16 croquants :***

*310 g de Beurre mou*

*250 g de Sucre*

*1 Citron non traité*

*4 Œufs*

*250 g de Farine*

*1 Sachet de Levure chimique*

*250 g de Myrtille*

*150 g de Noix de coco râpée*

*50 g de Cassonade*

*200 g de Lemon Curd*

***Matériel :***

*1 plat à four de 20 x 30*

*Papier sulfurisé*

***Préparation :***

*Préchauffez votre four à 180°.*

*Râpez le zeste du citron.*

*Travaillez 250 g de beurre avec le sucre et le zeste de citron râpé.*

*Ajoutez les œufs, la farine puis la levure.*

*Mélangez jusqu’à l’obtention d’une pâte homogène.*

*Ajoutes les myrtilles puis mélangez délicatement.*

*Tapissez le fond et les rebords du moule avec le papier sulfurisé et coulez la préparation dedans.*

*Enfournez pour 30 minutes.*

*Pendant ce temps réalisez le crumble à la noix de coco :*

*Dans un saladier travaillez entre vos mains le reste du beurre avec la noix de coco râpée et la cassonnade jusqu’à l’obtention d’un sable grossier ( un crumble).*

*Au bout des 20 minutes sortez le plat du four et badigeonnez le gâteau avec le Lemon curd.*

*Répartissez sur le dessus le crumble sans le tasser.*

*Enfournez encore 20 minutes.*

*Laissez complétement refroidir hors du feu avant de découper en carrés.*

***Conseil :***

Hors saison utilisez des myrtilles surgelées et ne les décongelez pas avant de les mettre dans la pâte.

La myrtille peut se conserver au réfrigérateur mais elle **doit être consommée dans les deux à trois jours qui suivent l'achat ou la cueillette,** pour éviter la fermentation des baies trop mûres. Cependant, **le congélateur se présente comme le meilleur moyen de conservation** de la myrtille. En effet, ce fruit supporte très bien l'étape de congélation et une fois décongelée, les saveurs restent identiques.

Laissez bien refroidir votre gâteau avant de le découper en cubes sinon vous n’obtiendrez pas des parts régulières ce qui ne sera pas très esthétique>.

Le Lemon curd peut être réalisé maison mais vous pouvez également l’acheter tout fait, dans ce cas je préfère la marque anglaise que l’on trouve au rayon « cuisines du monde » dans tous les supermarchés voir au rayon des confitures.

Mais dans tous les cas évitez le bas de gamme.

***Coté forme :***

*La myrtille est un* ***fruit frais*** *peu énergétique et peu de sucre. Sa grande teneur en* ***fibres*** *lui permet de jouer une action régulatrice sur l'intestin. De plus, elle possède des* ***antioxydants*** *qui en font un* ***aliment coupe-faim et diurétique****. Il ne faut pas négliger son taux de vitamines E et C.*

*.*