





## Éclairs sureau-citron

 40 min + 45 min cuisson/séchage au four  sans gluten Pour 10 pièces

1 portion de pâte à chou (p. 2) Préchauffer le four à 180°C. Préparer la pâte à chou (voir page 2).

**Façonnage:** remplir une poche à douille lisse (Ø env. 12 mm). Dresser 10 bandes d'env. 8 cm de longueur suffisamment espacées sur une plaque chemisée de papier cuisson.

**Cuisson et séchage:** voir page 2.

2 dl de crème entière  
1 c. s. de sirop de fleurs  
de sureau  
60 g de sucre glace  
1 c. s. de jus de citron

Fouetter la crème en chantilly avec le sirop, remplir une poche à douille cannelée (Ø env. 12 mm). Dresser la chantilly sur les petits fonds. Mélanger le sucre glace et le jus de citron, en napper les couvercles, poser sur la chantilly.

Pièce: 167 kcal, lip 11 g, glu 14 g, pro 2 g

## Pâte à chou

### Pâte à chou

1 dl de lait  
30 g de beurre  
1 pincée de sel  
½ c. s. de sucre  
60 g de farine sans gluten (Schär)

2 œufs



Préchauffer le four à 180°C.

**Pâte à chou:** porter le lait à ébullition avec beurre, sel et sucre, baisser le feu. Ajouter la farine en une fois, mélanger env. 1½ min avec une cuillère en bois jusqu'à obtention d'un pâton souple qui se détache du fond de la casserole. Éloigner la casserole du feu.



Battre les œufs, incorporer peu à peu avec les fouets du batteur-mixeur. Travailler jusqu'à ce que la pâte soit souple, mais non coulante.



**Cuisson:** env. 30 min au milieu du four sans jamais ouvrir la porte du four!



**Séchage:** ensuite laisser sécher env. 15 min dans le four éteint entrouvert. Retirer, laisser refroidir sur une grille. Fendre les petits choux.