

MANUEL DE L'UTILISATEUR

Fibres

EN PÂTISSERIE

JORDI BORDAS X 

Édito

La gastronomie se transforme et de nouvelles attentes émergent chez les consommateurs : ils souhaitent réduire le sucre et les matières grasses dans leur alimentation, éliminer ou réduire leur consommation de protéines animales, mais aussi faire plus attention à leur impact sur l'environnement. Face à cette évolution, les professionnels de la pâtisserie sont confrontés à de nouveaux défis techniques.

Chez Sosa Ingredients, nous travaillons au quotidien pour fournir des ingrédients et des solutions innovantes aux enjeux techniques que rencontrent les professionnels de la gastronomie. C'est ainsi que nous avons identifié une nouvelle fibre aux fonctions intéressantes : la fibre de lin, Flaxfiber.

Flaxfiber vient confirmer que les fibres font désormais partie du paysage de la gastronomie et qu'elles offrent une toute nouvelle palette de possibilités.

Dans nos efforts visant à apporter sans cesse de nouveaux ingrédients à la gastronomie, nous avons collaboré avec Jordi Bordas, fondateur de l'un des centres pionniers en R&D et innovation dans le domaine de la pâtisserie, et l'un des premiers à avoir exploré les applications des fibres.

Au cours de l'année écoulée, les deux équipes ont travaillé d'arrache-pied pour démontrer que l'intégration de fibres dans les recettes permet d'améliorer les textures et diminuer les quantités de sucres et de matières grasses tout en améliorant le goût des préparations. C'est ainsi qu'est né ce guide sur l'utilisation des fibres en pâtisserie qui, nous l'espérons, pourra vous servir de guide pour reformuler vos propositions.

à propos de jordibordas

Après avoir remporté la **Coupe du monde de Pâtisserie en 2011**, Jordi Bordas fonde une école de pâtisserie à Viladecans (Barcelone) dans le but de transmettre toute son expérience et ses connaissances aux nouvelles générations de ce secteur. Avec le **B • Concept**, Jordi a révolutionné le monde de la pâtisserie en démontrant qu'une pâtisserie **plus saine, légère et savoureuse** est possible, et qu'elle répond en outre à l'un des principaux besoins des consommateurs.

à propos de



Sosa Ingredients est un fabricant et fournisseur d'ingrédients de première qualité pour la pâtisserie et la gastronomie. L'entreprise a été fondée en Catalogne en 1967. Sosa Ingredients s'engage à utiliser ses connaissances technologiques pour innover et améliorer en permanence ses produits afin de rendre la gastronomie plus responsable et accessible.

Structure

LES FIBRES EN PÂTISSERIE

5

Collaboration Sosa Ingredients/Jordi Bordas :
une collaboration naturelle autour des fibres..... 5

LES FIBRES SOSA ET LEUR CLASSIFICATION

7

Les fibres et leur classification.....7
Principales propriétés techniques.....8-9
Les fibres selon Sosa Ingredients.....10-11
Nouvelle **Flaxfiber** et nos autres fibres12-17

LA PROPOSITION DE JORDI BORDAS

19

Recettes..... 20-29

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES RECETTES ET DES SOLUTIONS

30



L'INGRÉDIENT CLÉ DE LA PÂTISSERIE DE DEMAIN



En tant que professionnels de la pâtisserie, nous avons besoin de réinventer notre façon de travailler pour nous aligner sur les besoins actuels des consommateurs, en créant des préparations plus légères et nutritives que celles de la pâtisserie traditionnelle. La fibre est sans aucun doute l'un des ingrédients clés de demain, car elle nous permet de créer des recettes à la fois délicieuses et stables, avec moins de sucre et de matières grasses.

JORDI BORDAS

Champion du monde 2011 de pâtisserie. Fondateur du Centre de formation et de recherche Jordi Bordas

L'équipe R&D de Sosa Ingredients et l'École de pâtisserie et centre d'innovation Jordi Bordas ont travaillé main dans la main pour étudier et mieux comprendre les fibres ainsi que leurs différentes utilisations en pâtisserie.

Au cours de ce travail, nous avons pu tester des fibres de différentes origines, certaines jamais appliquées en pâtisserie, tout en renforçant notre connaissance des fibres déjà employées.

Nous avons ainsi identifié une nouvelle fibre appelée selon nous à jouer un rôle important en pâtisserie : **Flaxfiber**, une fibre issue du lin qui permet tout à la fois d'épaissir, d'émulsionner et de stabiliser. Ce fut une grande surprise de découvrir tout ce que ce nouvel ingrédient peut nous apporter.

Par la diversité de leurs origines, de leurs propriétés et de leurs avantages, **les fibres constituent à nos yeux une nouvelle catégorie d'ingrédients dans la pâtisserie**, qui seront de précieux alliés pour les professionnels confrontés aux grands défis d'une pâtisserie qui se veut plus responsable : moins de sucre, moins de gras, plus de texture et plus de goût.

Ce guide pratique reprend tout ce travail collaboratif pour le mettre au service du secteur de la pâtisserie.

Les fibres constituent une catégorie d'ingrédients qui était jusqu'ici passée inaperçue dans le secteur alimentaire, une situation en passe de changer très rapidement avec l'apparition sur le marché de fibres aux propriétés texturantes remarquables.

Grâce à notre collaboration avec Sosa, nous avons pu mettre au point Flaxfiber, une fibre de lin qui offre des applications pâtisseries très intéressantes.

ADRIANNA JAWORSKA

Directrice R&D du Centre de formation et de recherche Jordi Bordas



Dans nos efforts continus pour apporter des solutions en gastronomie, nous avons découvert le grand potentiel des fibres en tant qu'ingrédient technique et pour l'apport de texture aux préparations culinaires.

Collaborer avec l'équipe de Jordi Bordas nous a aidé à comprendre les solutions que les fibres peuvent offrir en pâtisserie.

OSCAR ALBIÑANA

Responsable R&D Sosa Ingredients



Les professionnels de la pâtisserie font face à de grands enjeux, les exigences des consommateurs évoluant à un rythme soutenu. Il est de plus en plus nécessaire pour les professionnels de la gastronomie de comprendre la fonction des ingrédients intervenant dans une recette.

Ce travail explicatif, et le lancement de la nouvelle fibre Flaxfiber, s'inscrit dans la lignée de notre mission chez Sosa Ingredients : rendre les connaissances techniques plus accessibles et proposer des solutions innovantes.

LILIBETH RIVAS

Responsable Marketing Sosa Ingredients

Les fibres alimentaires sont issues de la partie structurale des plantes et se retrouvent dans tous les aliments dérivés des produits végétaux.

C'est la partie comestible des plantes que nos enzymes digestives ne sont pas capables de dégrader. Raison pour laquelle les fibres ne se digèrent pas de la même manière que les sucres et les amidons et arrivent intactes dans l'intestin, agissant comme un prébiotique.

Les fibres peuvent être divisées en deux groupes principaux selon leur composition.

Fibres Solubles :

On les retrouve dans les légumes, certaines céréales et les fruits. Elles ont pour caractéristique de capter un grand volume d'eau et sont capables de former des gels visqueux. Elles diminuent et ralentissent l'absorption des graisses et des sucres présents dans les aliments.

Fibres Insolubles :

Elles sont essentiellement présentes dans les aliments tels que le son de blé, les grains entiers, certains légumes et les céréales. Elles ont une faible capacité d'absorption de l'eau et leur principal effet sur l'organisme est de nettoyer les parois de l'intestin.

Outre les fibres naturellement présentes dans nos aliments, nous pouvons ajouter des fibres à nos recettes et produits afin d'améliorer leur valeur nutritionnelle.

Selon l'OMS, un adulte devrait consommer 25 à 38 g de fibres par jour pour rester en bonne santé.

POURQUOI SONT-ELLES INTÉRESSANTES EN PÂTISSERIE ?

La pâtisserie est un domaine où plusieurs fonctions techniques doivent intervenir pour obtenir un bon résultat.

Il est difficile d'imaginer une préparation pâtissière sans émulsion et il s'avère souvent nécessaire d'épaissir ou de stabiliser la préparation pour obtenir de meilleurs résultats et améliorer la texture du produit final.

Traditionnellement, ces fonctions étaient assurées par des ingrédients de base tel que l'œuf, les matières grasses comme le beurre ou la crème, les sucres, etc.

Les fibres apportent un éventail d'options très intéressantes pour remplacer ou améliorer les fonctions techniques des ingrédients de base.

En utilisant des fibres, nous pouvons améliorer la texture d'une pâtisserie, la rendre plus légère, plus saine, tout en mettant en valeur des saveurs, notamment de fruits frais ou secs, qui peuvent parfois être masquées par un abus d'ingrédients tels que les œufs, les produits laitiers ou les sucres.



PRINCIPALES PROPRIÉTÉS TECHNIQUES



Épaissir

Cette fonction consiste à donner du corps à une préparation liquide tout en augmentant la viscosité et la densité pour des préparations telles que les coulis, sauces, crèmes et crémeux.

Il existe de nombreuses façons d'épaissir, en utilisant des éléments de liaison tels que des gommes, amidons, farines ou féculs, mais il est également courant d'utiliser des œufs et des matières grasses comme le beurre, voire des méthodes d'évaporation.

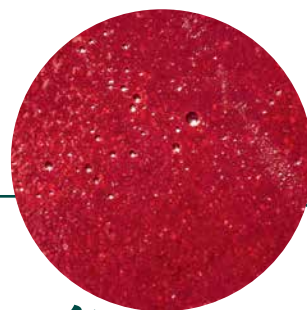
Les fibres peuvent également remplir cette fonction. Nous recommandons principalement **Flaxfiber** qui offre un grand pouvoir épaississant sans nécessité de chauffer le liquide et sans apport de couleur ou de goût à la préparation.



Lier

La liaison est un processus qui permet de mélanger différents ingrédients afin qu'ils restent amalgamés, ou de rendre une pâte plus compacte. C'est une action très fréquente en pâtisserie pour réaliser des pâtes comme celles des gâteaux ou des biscuits, et qui permet en outre d'améliorer la texture et la consistance de certaines préparations contenant des solides. L'œuf est l'un des liants les plus utilisés.

Flaxfiber et **Psyllium** sont des fibres qui, par leurs caractéristiques, permettent également de remplir cette fonction.



Donner de l'élasticité

L'élasticité est la propriété qui permet à une structure, comme une pâte, de retrouver sa forme initiale dès que l'on cesse d'exercer une pression sur elle. Cette fonction permet d'étirer la masse sans qu'elle ne se casse et de piéger le gaz pendant la fermentation pour obtenir l'augmentation de volume de la pâte.

Elle évite également que les pâtes ne s'émiettent et assure une bonne découpe, notamment pour les biscuits.

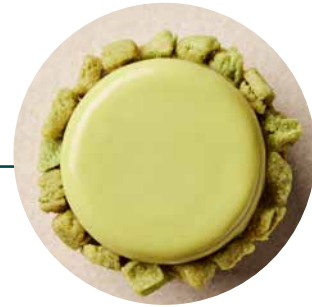
Le gluten de la farine de blé est l'un des principaux ingrédients qui offrent cette fonction, bien qu'il puisse être remplacé par la fibre de **Psyllium**, qui améliore même les processus de pétrissage.



Stabiliser

Il s'agit du processus au cours duquel on parvient à conserver l'aspect et la texture d'une préparation pendant une longue période ou à la congélation/décongélation. La stabilisation est par exemple utilisée pour réaliser des glaces qui fondent moins vite, conserver plus longtemps la texture ferme d'une meringue, ou conserver la texture d'une mousse intacte à la décongélation.

Flaxfiber permet d'apporter de la stabilité aux meringues, glaces et crèmes, et de conserver les textures lors des processus de congélation et décongélation.



Émulsionner

Une émulsion est un mélange homogène de matières grasses et d'eau. Cette fonction technique est très importante en pâtisserie, car elle intervient dans la majorité des préparations, que ce soit les crèmes, les glaces, les biscuits ou les mousses. Elle nécessite la présence d'un ingrédient aux propriétés émulsifiantes.

Natur Emul et **Flaxfiber** permettent de remplir cette fonction.



Apporter une sensation grasse

En pâtisserie, les matières grasses apportent onctuosité et texture, en plus de jouer le rôle d'agent de saveur.

Les matières grasses les plus utilisées en pâtisserie sont le beurre, la crème et le jaune d'œuf, mais des graisses végétales comme la graisse de coco, le beurre de cacao ou de karité sont également utilisées.

Avec l'**Inuline**, nous pouvons apporter une sensation grasse à toute préparation contenant des liquides avec l'avantage de réduire voire d'éliminer les matières grasses de la recette tout en maintenant le crémeux et la texture.



Apporter de solides

La quantité d'ingrédients solides contenue dans une recette joue un rôle très important. On peut les classer en 4 familles : sucres, farines (féculents, amidons...), matières grasses et fibres.

Les sucres remplissent des fonctions édulcorantes et structurantes. Les farines, féculents et amidons apportent épaisseur, structure et coagulation. Les graisses apportent texture et onctuosité.

Les fibres comme les **Inulines** apportent de la structure ainsi que plus ou moins de crémeux. Elles jouent également un rôle fondamental dans le remplacement des sucres, notamment l'**Oligofruct**.

LES FIBRES SELON SOSA INGREDIENTS

Nous classons nos fibres selon leurs propriétés techniques en deux groupes :
fibres à haute fonctionnalité et fibres de charge. →

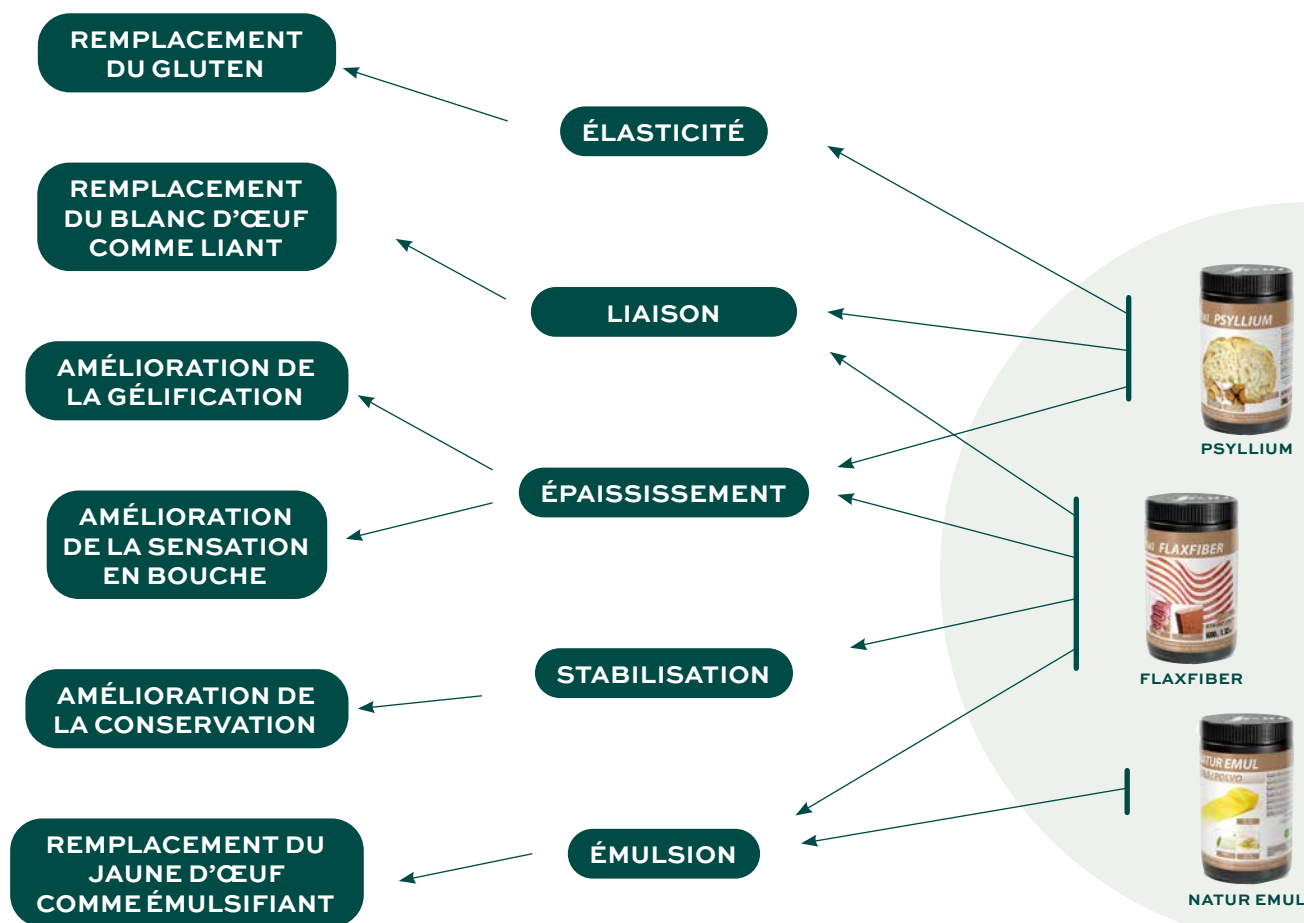
FIBRES À HAUTE FONCTIONNalité

(« HIGH PERFORMANCE FIBERS »)

NATUR EMUL, PSYLLIUM, FLAXFIBER

Les fibres à haute fonctionnalité remplissent des fonctions techniques notables à un faible dosage (entre 0,1 et 4%). Cela provient de leur composition qui intègre des fibres tant solubles qu'insolubles.

Elles nous permettent d'émulsionner, d'épaissir, de stabiliser, de lier ou d'apporter de l'élasticité à nos préparations.



	Épaississement	Stabilisation	Émulsion	Élasticité	Liaison
Psyllium	●	●	●	●	●
Flaxfiber	●	●	●	●	●
Natur Emul	●	●	●	●	●

Cette classification repose sur la nature des produits et notamment sur des aspects tels que le dosage, la propriété technique et les solutions qu'ils offrent.

FIBRES DE CHARGE (« BULKING FIBERS »)

INULINE CHAUD, INULINE FROID, OLIGOFRUCT

Ce sont des fibres solubles qui, de par leur structure, peuvent être comparables aux sucres et autres agents de charge.

Il est possible de les intégrer aux préparations à un dosage élevé (jusqu'à 20%), de manière à compléter ou remplacer d'autres ingrédients solides utilisés dans les recettes tels que les sucres et les matières grasses.

En fonction du type de fibre de charge, nous obtiendrons des niveaux de texture et de sucrosité différents.

APPORT DE SOLIDES/STRUCTURE



INULINE CHAUD



INULINE FROID



OLIGOFRUCT

REMPLACEMENT DES MATIÈRES GRASSES

Dans des préparations aqueuses telles que crémeux, mousses...

RÉDUCTION DE LA QUANTITÉ DE SUCRES

REMPLACEMENT DES SUCRES

Un remplacement partiel des sucres est recommandé, et non dans une proportion 1:1



	PAC* (pouvoir anti-cristallisant)	PS* (pouvoir sucrant)	Substitut des matières grasses	Substitut des sucres
Inuline Chaud	5%	0%	●	●
Inuline Froid	6%	10%	●	●
Oligofruct	45%	50%	●	●

* % comparé au saccharose

NOS FIBRES



FLAXFIBER

Fibre issue des graines de lin brun et blond par extraction du mucilage. Idéal pour épaissir les sauces et les coulis. Peut remplacer la gomme xanthane dans des proportions 1:2. Se distingue par son pouvoir épaississant, stabilisant et émulsifiant.



LES AVANTAGES

- 100% d'origine végétale
- Répertoire comme fibre dans la déclaration des ingrédients (et non comme additif).
- Se dissout facilement, même sans réchauffer
- Épaissit sans ajouter de goût ni de couleur
- Augmente l'onctuosité de la préparation
- Adapté pour des préparations acides



DOSAGE

Entre 0,1 et 4%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres >76%
 - Fibres solubles >12%
 - Fibres insolubles >88%
- Résiste à la cuisson et à la congélation



PRINCIPALES APPLICATIONS



Sauces et coulis
0,1 - 4%



Mousse
0,1 - 0,5%



Meringue
0,1 - 0,4%



AUTRES APPLICATIONS

Effet liant pour les pâtes et les biscuits. Dans les boissons, permet d'éviter la séparation des solides (boisson au cacao, pulpes de fruits) et apporte de la viscosité.



«Tips» d'utilisation

Très facile à utiliser, mélanger avec le liquide à froid ou à chaud, selon le dosage.



La première fois que nous avons testé la fibre de lin, nous avons été surpris tant par sa grande capacité épaississante et stabilisante que par son goût complètement neutre. Elle peut être utilisée pour épaissir, émulsionner et stabiliser les crémeux, les ganaches et les mousses ou encore pour améliorer la texture des pâtes cuites au four. Il s'agit réellement d'un formidable ingrédient qui va révolutionner le secteur alimentaire. C'est aussi un ingrédient clean label qui nous permet de créer toutes sortes de textures, tout en répondant aux attentes du marché.

JORDI BORDAS



Lors de l'étude de différentes fibres, nous avons découvert les capacités texturantes remarquables de la fibre de lin, qui associe dans un seul produit 3 fonctions fondamentales en pâtisserie – épaississement, stabilisation et émulsion – tout en respectant le goût, la couleur et la transparence des préparations dans lesquelles elle est mise en œuvre. De plus, ces propriétés peuvent aussi être exploitées dans des liquides alcoolisés et acides, ce qui rend ce produit encore plus polyvalent.

OSCAR ALBIÑANA



NATUR EMUL

Fibre issue d'agrumes. La pectine est principalement extraite de la peau d'agrumes, qui n'est généralement pas utilisée par les fabricants de jus. Produit idéal pour émulsionner, pouvant remplacer le jaune d'œuf comme émulsifiant.



LES AVANTAGES

- Émulsifiant 100% d'origine végétale
- Répertoire comme fibre dans la déclaration des ingrédients (et non comme additif).
- Émulsion à froid et à chaud
- Améliore la texture des préparations à la décongélation
- Adapté pour des préparations acides



DOSAGE

Entre 0,5 et 2%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres 68,2%
 - Fibres solubles 33,3%
 - Fibres insolubles 34,9%
- Résiste à la cuisson et à la congélation



PRINCIPALES APPLICATIONS



Crèmes ou sauces émulsionnées



Masses battues



Glaces



«Tips» d'utilisation

Facilement soluble/dispersible dans l'eau et les matières grasses, aussi bien à froid qu'à chaud, ainsi que dans les préparations acides.

NOS FIBRES



PSYLLIUM

Fibre provenant des téguments des graines de la plante *Plantago Ovata*. Idéal pour remplacer la fonction du gluten dans les pâtes fermentées comme les pains sans gluten. Apporte élasticité, moelleux et texture.



LES AVANTAGES

- Grande capacité d'absorption des liquides (1:40)
- Apporte de l'élasticité
- Très stable face aux variations de température et de pH
- Permet de remplacer le gluten dans les recettes comme le pain ou les masses battues.
- Forte propriété liante et épaississante



DOSAGE

Entre 2 et 4%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres >87,8%
 - Fibres solubles 58,5%
 - Fibres insolubles 29,2%
- Résiste à la cuisson et à la congélation



PRINCIPALES APPLICATIONS



Pain sans gluten

Pâtes très élastiques (type pizza): 4%*
Pâtes à faible hydratation (type fougasse): 2%* par rapport à la farine



Biscuit sans œuf

1 - 2%



Préparations liées

2 - 4%



CONSEILS D'UTILISATION

Soluble/dispersible dans l'eau en agitant fortement, aussi bien à froid qu'à chaud, dans une large plage de pH. Dans les pains et les pâtes, intégrer avec les solides (farines et amidons)
En remplacement de l'œuf comme liant dans des préparations telles que les barres de céréales ou les substituts de viande en général (« hamburgers végétaux », nuggets, etc.)



«Tips» d'utilisation

Mélange pour remplacer la farine dans des proportions 1:1

Idéal pour utiliser une combinaison de farine et d'amidons sans gluten dans les proportions suivantes :

- 35% de farine de riz
- 55% d'amidon de maïs
- 10% d'amidon de tapioca

*Dosage par rapport aux farines sans gluten utilisées. Par exemple, pour 1 kg de farines sans gluten, utiliser 20 à 40 g de Psyllium.



INULINE CHAUD

L'Inuline Chaud est une fibre extraite de racines et de tubercules. Elle est mise en œuvre dans des liquides, à chaud (entre 60 et 70 °C), en agitant fortement pour assurer sa bonne hydratation.

Elle offre une texture crémeuse qui permet d'apporter des solides et en même temps de réduire, voire de remplacer, les matières grasses et les sucres dans des préparations comme les glaces, crèmes, crémeux et ganaches.



LES AVANTAGES

- 100% d'origine végétale
- Substitut très intéressant des matières grasses : apporte une sensation grasse tout en rendant les préparations plus légères.
- N'ajoute ni goût ni couleur
- Maintient la texture des préparations à la décongélation.
- Adapté pour des préparations acides



DOSAGE

Entre 5 et 20%



PRINCIPALES APPLICATIONS



Crèmes et crémeux
5 - 20%*



Mousses
5 - 10%



Glaces
5 - 15%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres solubles 96,7%
- Possède un pouvoir anti-cristallisant (PAC) de 5% et 0% de pouvoir édulcorant (PE) par rapport au saccharose (sucre commun).
- Produit thermoréversible, chauffé à plus de 35-40 °C il commence à perdre de la texture, tout comme les matières grasses en général.



CONSEILS D'UTILISATION

Soluble/dispersible dans des liquides en agitant fortement. Pour une dissolution complète, il est recommandé de réchauffer le mélange entre 50 et 70 °C. Refroidir ensuite le mélange à 5 °C pendant 2 heures minimum pour assurer une hydratation complète.



«Tips» d'utilisation

Il faut savoir qu'en fonction des matières grasses que l'on cherche à remplacer, il faudra augmenter l'apport de liquides dans la recette, car les matières grasses traditionnelles contiennent également du liquide.

Beurre : 15% de liquide

Crème : 65% de liquide

Cette proportion de liquide peut être remplacée par de l'eau ou d'autres liquides.

*Si vous cherchez à apporter du crémeux sans modifier la recette, nous recommandons un dosage entre 5 et 10%, qui contribuera à rendre la texture plus crémeuse. Si vous cherchez à remplacer tout ou partie des matières grasses d'une recette, comme par exemple le beurre ou la crème, nous recommandons des proportions plus élevées, entre 10 et 20%.



INULINE FROID

L'inuline froid est une fibre extraite de racines et de tubercules. Elle est utilisée à chaud et à froid dans des liquides, en agitant fortement.

Elle offre une texture crémeuse qui permet d'apporter des solides et de réduire les sucres et les matières grasses dans des préparations tels que les meringues, mousses, glaces et sorbets, crèmes, crèmeux et ganaches.



LES AVANTAGES

- 100% d'origine végétale
- Apporte du crèmeux
- Permet de réduire la quantité de sucre dans les préparations
- N'ajoute ni goût ni couleur
- Maintient la texture des préparations à la décongélation
- Adapté pour des préparations acides



DOSAGE

Entre 5 et 20%



PRINCIPALES APPLICATIONS

Permet de remplacer tout ou partie de solides tels que les sucres dans différentes préparations, tout en apportant du crèmeux.

Produit idéal pour les sorbets puisqu'il se dissout facilement à froid pour conserver le goût frais des fruits.



Meringues
5 - 10%



Mousses
5 - 10%



Glaces et sorbets
5 - 20%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres solubles 90%
- Possède un pouvoir édulcorant (PE) de 10% et un pouvoir anti-cristallisant (PAC) de 6% par rapport au saccharose (sucre commun)



CONSEILS D'UTILISATION

Soluble/dispersible dans des liquides à froid ou à chaud en agitant légèrement. Pour une hydratation complète, il est recommandé de refroidir le mélange à 5 °C pendant 2 heures minimum.



«Tips» d'utilisation

L'une des principales différences entre ces deux inulines tient à leur composition. L'Inuline Froid contient 90% de fibres et 10% de sucres, et est donc plus douce que l'Inuline Chaud, qui est composée de 99% de fibres. Une autre différence tient à la texture qu'elles donnent aux préparations. L'Inuline Chaud apporte une sensation plus grasse en bouche. Par ailleurs, l'Inuline Froid se dissout sans être chauffée, contrairement à l'Inuline Chaud, qui nécessite des températures entre 60 et 70 °C.



OLIGOFRUCT

Oligofruct est une fibre extraite de racines et de tubercules. Ce produit peut être utilisé dans des liquides, à froid ou à chaud, en agitant légèrement.

Il s'agit d'une fibre hautement soluble, idéale pour remplacer partiellement les sucres dans les meringues, glaces, biscuits, mousses, crèmes et préparations sucrées en général. Elle améliore en outre la valeur nutritionnelle des recettes.



LES AVANTAGES

- 100% d'origine végétale
- Facilement soluble à froid
- Permet de réduire la quantité de sucre dans les préparations
- N'ajoute ni goût ni couleur
- Maintient la texture des préparations à la décongélation
- Adapté pour des préparations acides



DOSAGE

Entre 5 et 20%



PRINCIPALES APPLICATIONS

Peut être utilisé pour remplacer tout ou partie des sucres dans différentes préparations, ce qui permet de réduire la sucrosité, d'améliorer les recettes sur le plan nutritionnel et de mettre en valeur les saveurs.



Meringues
5 - 10%



Glaces et sorbets
5 - 20%



Biscuits
5 - 15%



AUTRES CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Teneur en fibres solubles 80,5%
- Possède un pouvoir édulcorant (PE) de 50% et un pouvoir anti-cristallisant (PAC) de 45% par rapport au saccharose (sucre commun).



CONSEILS D'UTILISATION

Soluble/dispersible dans des liquides à froid ou à chaud en agitant légèrement.



*Jordi Bordas*

“ Les fibres présentées dans ce guide sont des ingrédients pouvant être utilisés comme agents de charge (fibres de charge), pour réduire la quantité de sucre ou de matière grasse dans nos recettes, ou comme agents texturants (fibres à haute fonctionnalité) : émulsifiants, épaississants, gélifiants, etc. Certaines, comme le Flaxfiber ou le Psyllium, peuvent également servir d'agents de liaison ; d'autres, comme l'Oligofruct, en plus d'apporter un extrait sec

qui vient renforcer la stabilité de la préparation, apportent de la sucrosité et même de la brillance, par exemple dans les nappages.

Dans les recettes du guide, nous donnons différents exemples d'utilisation/application pour chacune des fibres présentées, aussi bien pour montrer la multifonctionnalité de ces ingrédients que pour aider les chefs pâtisseries dans le choix de la fibre la plus adaptée à leurs recettes.

“ Après une recherche approfondie menée sur plusieurs fibres végétales, nous avons choisi celles qui affichaient les meilleures capacités fonctionnelles, pour ensuite développer les recettes qui illustraient le mieux leurs applications. La phase de recherche a été indispensable pour comprendre les propriétés physico-chimiques essentielles de ces fibres : leur solubilité, leur capacité d'absorption de l'eau, leur viscosité dans des solutions aqueuses à différentes concentrations.

Après avoir constitué cette base de données sur les propriétés de chaque fibre, nous sommes passés à la phase de test pour déterminer les différentes plages de dosage de chaque fibre. Enfin, nous avons développé des recettes avec des applications qui mettent en valeur les propriétés les plus intéressantes de ces ingrédients fonctionnels.

*Adrianna Jaworska*



RECETTE POUR 3 ENTREMETS

POIDS PAR PIÈCE

100 g	Biscuit aux amandes
150 g	Compote gélifiée abricot et vanille
70 g	Croquant aux amandes
360 g	Mousse praliné amande
QS	Nappage praliné amande
QS	Amandes entières non mondées
QS	Graines de lin

Préparer la pâte à biscuit et en disposer 100 g dans 3 cercles de 15 cm de diamètre et 3 cm de haut, sur un plateau recouvert de papier cuisson. Pulvériser légèrement d'eau et cuire à 150 °C pendant 10 minutes dans un four à convection, conduit fermé. Laisser refroidir à température ambiante (20 °C).

Préparer la compote gélifiée, en disposer 150 g sur le biscuit dans les cercles et surgeler. Une fois les inserts compote-biscuit complètement congelés, retirer les cercles et réserver au congélateur.

Préparer le croquant et former 3 disques de 70 g à l'aide d'un cercle de 15 cm de diamètre sur un plateau recouvert de papier cuisson. Recouvrir avec un autre papier cuisson et un plateau puis mettre au congélateur.

Sur une plaque recouverte d'une feuille guitare, déposer 3 cercles de 18 cm de diamètre et 4 cm de haut, dans lesquels on viendra fonder des bandes de rhodoïd sur 4 cm de hauteur. Préparer la mousse, disposer dans les cercles jusqu'à mi-hauteur, introduire les inserts au biscuit par le haut, presser doucement et recouvrir d'un peu plus de mousse. Finaliser avec les disques de croquant, lisser, recouvrir d'une feuille guitare, presser avec un plateau et surgeler.

Préparer le nappage et placer au réfrigérateur 4 heures minimum.

Chauffer le nappage à 25 °C. Retirer les cercles et les bandes de rhodoïd des entremets et napper. Déposer sur des bases et décorer avec des peaux d'amandes, des amandes et des graines de lin.

BISCUIT AUX AMANDES

70 g	Blanc d'œuf pasteurisé 1 (à 30 °C) (19%)
6,5 g	Albuwhip Sosa (1,8%)
49 g	Oligofruct Sosa (13,2%)
44 g	Blanc d'œuf pasteurisé 2 (à 36 °C) (12%)
48 g	Jaune d'œuf pasteurisé (à 36 °C) (13%)
22 g	Pâte d'amandes crues Sosa (6%)
32 g	Sucre de coco Sosa (8,5%)
57 g	Farine d'amande Sosa (tamisée) (15,5%)
41 g	Farine de riz complet (tamisée) (11%)

Monter le blanc d'œuf 1 et l'Albuwhip pendant 4 minutes au batteur à vitesse moyenne/élevée.

Ajouter l'Oligofruct et foisonner pendant environ 6 minutes supplémentaires, jusqu'à obtenir une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée de l'opération.

Mélanger le blanc d'œuf 2, le jaune d'œuf, la pâte d'amande et le sucre de coco en émulsionnant fortement le mélange au Turmix. Ajouter la farine d'amande.

Ajouter la farine de riz, en travaillant continuellement au Turmix.

Lorsque la meringue est prête, incorporer à la préparation précédente, en travaillant délicatement le mélange à l'aide d'une spatule.



Dans cette préparation, nous renforçons le goût de l'amande en utilisant à la fois de la pâte pure d'amande et de la farine d'amande. Grâce à l'oligofructose, nous réduisons la quantité de sucre dans la recette, en utilisant juste la bonne quantité de sucre de coco pour apporter à la génoise une sucrosité optimale ainsi qu'un peu de couleur et un arôme caramélisé.

JORDI BORDAS

COMPOTE GÉLIFIÉE ABRICOT ET VANILLE

58 g	Sucre (10%)
58 g	Inuline Froid Sosa (10%)
7 g	Pectine NH Sosa (1,2%)
1 g	Gomme de guar Sosa (0,2%)
422 g	Purée d'abricot Adamance (73,2%)
29 g	Jus de citron naturel (5%)
2,5 g	Gousse de vanille Sosa grattée (0,4%)

Mélanger le sucre, l'inuline, la pectine et la gomme de guar.

Chauffer la purée, le jus et la vanille à 30 °C dans une casserole, ajouter le mélange au sucre en remuant à l'aide d'un fouet, et chauffer à 85 °C sans cesser de remuer.



L'inuline Froid permet de réduire la quantité de sucre utilisée dans la recette tout en ajoutant de l'onctuosité à la préparation.

OSCAR ALBIÑANA

CRUMBLE À L'AMANDE

30g Sucre de coco Sosa (25%)
30g Farine de riz complet (25%)
30g Farine d'amande Sosa (25%)
0,6g Fleur de sel Sosa (0,5%)
26g Graisse de coco Sosa (à 20 °C) (21,25%)
4g Eau (3,25%)

Mélanger tous les ingrédients au batteur à faible vitesse et à la feuille jusqu'à obtenir une texture homogène.

Répartir uniformément sur une plaque recouverte de papier cuisson, en utilisant une grille comme râpe, et cuire à 150 °C pendant 20 minutes dans un four à convection, conduit ouvert.

Laisser refroidir, découper en morceaux de 5 x 5 mm environ et réserver à température ambiante (20 °C).



Il s'agit d'un crumble sans lactose à la texture parfaitement croustillante grâce à l'utilisation de graisse de coco désodorisée associée à un faible pourcentage d'eau en remplacement du beurre.

JORDI BORDAS

AMANDES CONCASSÉES PRALINÉES

90g Amandes concassées Sosa (59%)
17g Eau (11%)
46g Sucre de coco Sosa (30%)

Torréfier les amandes concassées à 150 °C pendant 15 minutes dans un four à convection (conduit ouvert) et garder au chaud.

Cuire l'eau et le sucre de coco à 115 °C dans une casserole, ajouter les amandes concassées chaudes et continuer à chauffer, en remuant énergiquement à l'aide d'une spatule jusqu'à recristallisation du sucre.

Étaler sur un plateau recouvert de papier cuisson et sécher à 150 °C pendant 4 minutes dans un four à convection, conduit ouvert.

Laisser refroidir à température ambiante (20 °C).

CROQUANT AUX AMANDES

83g Crumble à l'amande (33%)
83g Amandes concassées pralinées (33%)
61g Pâte d'amandes crues Sosa (24,5%)
23g Graisse de coco Sosa (à 35 °C) (9%)
1,5g Fleur de sel Sosa (0,5%)

Mélanger le crumble et les amandes concassées.

Mélanger la pâte d'amande, la graisse de coco et la fleur de sel et incorporer doucement dans le mélange crumble.

MOUSSE PRALINÉ AMANDE

517g Eau (à 20 °C) (36,9%)
91g Masse gélatine 6/1 (à 45 °C) (6,5%)
497g Praliné amande 60% Valrhona (35,5%)
1,5g Gomme de guar Sosa (0,1%)
14g Natur Emul Sosa (1%)
182g Blanc d'œuf pasteurisé (à 20 °C) (13%)
98g Oligofruct Sosa (7%)

Mélanger l'eau et la masse gélatine au mixeur.

Mélanger le praliné, la gomme de guar et le Natur Emul et ajouter progressivement l'eau avec la masse de gélatine, en émulsionnant fortement le mélange au Turmix. Laisser refroidir jusqu'à ce que la gélification débute.

Monter le blanc en neige pendant 4 minutes à l'aide d'un batteur à vitesse moyenne-haute. Ajouter l'Oligofruct et foisonner pendant environ 6 minutes supplémentaires, jusqu'à obtenir une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée de l'opération. Lorsque la meringue est prête, incorporer progressivement la préparation précédente au batteur à faible vitesse et finir en mélangeant délicatement à la main.



Natur Emul nous permet de créer une émulsion entre la partie aqueuse et la partie grasse (le praliné aux amandes) de la recette. D'autre part, Oligofruct nous aide à réduire la quantité de sucre dans la recette sans affecter sa stabilité.

JORDI BORDAS

NAPPAGE PRALINÉ AMANDE

285g Eau (à 40 °C) (28,5%)
150g Oligofruct Sosa (15%)
60g Masse gélatine 6/1 (à 45 °C) (6%)
200g Sucre (20%)
300g Praliné amande 60% Valrhona (30%)
3g Lécithine de soja en poudre Sosa (0,3%)
2g Sel (0,2%)

Mélanger l'eau, l'Oligofruct, le sucre et la masse de gélatine au Turmix.

Mélanger le praliné, l'émulsifiant et la préparation précédente et émulsionner fortement le mélange au Turmix. Incorporer le sel.

Laisser refroidir au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.

Chauffer à 25°C et utiliser.



Dans les nappages, Oligofruct apporte non seulement un extrait sec, mais également un peu de brillance. En outre, il permet de réduire considérablement la quantité de sucre, qui est souvent très élevée dans ce type de recettes. Natur Emul nous permet de réaliser une émulsion entre la partie aqueuse et de la partie grasse (le praliné) de la préparation.

ADRIANNA JAWORSKA





RECETTE POUR 4 CAKES

POIDS PAR PIÈCE

280 g Pâte à cake au Manjari 64% et pécan
100 g Crèmeux café & Guanaja 70%
QS Enrobage Manjari 64% et pécan

Préparer le crèmeux et laisser cristalliser au réfrigérateur pendant 3 heures minimum.

Graisser à la graisse de coco 4 moules à cake de 19 x 4,5 cm et 4,5 cm de haut et placer les moules sur une grille. Préparer la pâte à cake, verser 280 g dans les moules, recouvrir d'un tapis en silicone perforé et d'une grille et cuire à 150 °C pendant 35 minutes dans un four à convection, conduit fermé. Laisser refroidir et démouler.

Travailler le crèmeux à l'aide d'un fouet puis en remplir une poche munie d'une douille à Saint-Honoré. Disposer en lignes diagonales sur les cakes et lisser les extrémités. Réserver au congélateur pendant 10 minutes.

Préparer l'enrobage, tempérer à 25 °C et enrober les cakes sur une grille. Laisser cristalliser à température ambiante (20 °C) et placer sur des bases.

CRÈMEUX CAFÉ & GUANAJA 70%

119 g Eau (21,6%)
193 g Café expresso (35%)
44 g Sucre de coco Sosa (8%)
193 g Chocolat de couverture noir
Guanaja 70% Valrhona (à 45 °C) (35%)
2 g Flaxfiber SOSA (0,4%)

Mélanger l'eau et le café et chauffer à 30 °C. Ajouter le sucre de coco et mélanger au Turmix.

Mélanger le chocolat de couverture, le Flaxfiber et la préparation précédente et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.



Pour réaliser un crèmeux à base d'eau, léger et au goût pur de chocolat noir et de café, nous avons besoin d'un émulsifiant. Nous avons choisi Flaxfiber pour ses propriétés émulsifiantes et épaississantes. Le résultat est un crèmeux léger et stable, qui peut être mis en œuvre dans la recette avec une poche à douille.

JORDI BORDAS

PÂTE À CAKE AU MANJARI 64% ET PÉCAN

308 g Blanc d'œuf pasteurisé (à 30 °C) (22%)
140 g Eau (10%)
154 g Sucre de coco Sosa (11%)
112 g Graisse de coco Sosa (à 35 °C) (8%)
14 g Natur Emul Sosa (1%)
210 g Chocolat de couverture noir Manjari 64%
Valrhona 1 (à 45 °C) (15%)
91 g Farine de pécan Sosa (tamisée) (6,5%)
91 g Farine d'amande Sosa (tamisée) (6,5%)
112 g Farine d'avoine (tamisée) (8%)
5,5 g Baking Powder Sosa (tamisé) (0,4%)
126 g Chocolat de couverture noir Manjari 64%
Valrhona 2 (haché) (9%)

Mélanger le blanc d'œuf, l'eau et le sucre de coco au Turmix. Incorporer la graisse de coco, le Natur Emul et le chocolat de couverture 1 et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.

Mélanger la farine de pécan, la farine d'amande, la farine d'avoine et la levure (Baking Powder) et ajouter au mélange, en le travaillant juste ce qu'il faut pour l'homogénéiser.

Incorporer le chocolat de couverture 2, en mélangeant à la spatule.



Natur Emul permet de remplacer la fonction émulsifiante du jaune d'œuf dans les masses battues. Ce produit met ainsi en valeur les saveurs, comme ici celles du chocolat et des fruits secs.

OSCAR ALBIÑANA

ENROBAGE MANJARI 64% ET PÉCAN

300 g Chocolat de couverture noir Manjari 64%
Valrhona (à 45 °C) (60%)
150 g Pâte de noix de pécan Sosa (30%)
25 g Huile d'olive (5%)
25 g Noix de pécan entières Sosa (hachées) (5%)

Mélanger le chocolat de couverture, la pâte de pécan et l'huile d'olive au Turmix. Incorporer les noix de pécan hachées, en mélangeant à l'aide d'une spatule.



RECETTE POUR 12 TARTELETTES

POIDS PAR PIÈCE

20 g	Financier à la pistache
55 g	Sablé à la pistache
25 g	Crèmeux coco
10 g	Gelée de cassis
40 g	Mousse à la pistache
QS	Nappage à la pistache

Préparer la pâte du financier et étaler entre 2 baguettes de 60 cm de long et 8 mm de haut, écartées de 30 cm l'une de l'autre sur un plateau recouvert d'un tapis en silicone. Retirer les baguettes et cuire à 120 °C pendant 27 minutes dans un four à convection, conduit fermé. Laisser refroidir, décoller le tapis en silicone et détailler 12 disques avec un emporte-pièce de 7 cm de diamètre. Réserver à température ambiante (20 °C).

Préparer la pâte sablée, étaler 700 g entre 2 tapis en silicone à une épaisseur de 3 mm et surgeler. Décoller les tapis en silicone, détailler 12 disques avec un emporte-pièce de 7 cm ainsi que des bandes de 2 cm de large. Disposer 12 cercles perforés de 8 cm de diamètre et 2 cm de haut sur un plateau recouvert d'un tapis en silicone perforé, fonder les bandes sur les parois des cercles et placer les disques de sablé sur les bases. Presser délicatement vers l'extérieur le contour des bases avec les doigts de manière à ce qu'ils épousent parfaitement les parois et congeler. Cuire à 120 °C pendant 40 minutes dans un four à convection, conduit ouvert. Laisser refroidir, surgeler et déposer un disque de financier dans le fond des tartelettes. Réserver au réfrigérateur.

Former une boule avec le surplus de pâte sablée, répartir uniformément sur un plateau recouvert de papier cuisson, en utilisant une grille comme râpe, et cuire à 120 °C pendant 35 minutes dans un four à convection, conduit ouvert. Laisser refroidir, détailler en morceaux d'environ 10 x 10 mm et mélanger délicatement avec 60 g de graisse de coco fondue. Réserver à température ambiante (20 °C).

Préparer le crèmeux, en disposer 25 g dans les tartelettes, sur le financier, et surgeler.

Préparer la gelée, en disposer 10 g dans 12 moules en silicone de 4 cm de diamètre et 2 cm de haut (modèle SFO27 de SilikoMart) et surgeler. Une fois la gelée complètement congelée, démouler et réserver au congélateur.

Préparer la mousse à la pistache et remplir à mi-hauteur 12 moules en silicone de 6,5 cm de diamètre et 2,5 cm de haut (modèle SF333 de SilikoMart). Insérer les disques de gelée, finir de remplir les moules avec le restant de mousse, lisser et surgeler.

Préparer le nappage et placer au réfrigérateur 4 heures minimum.

Chauffer le nappage à 30 °C. Démouler les disques de mousse, napper et disposer sur les tartelettes. Décorer de morceaux de sablé râpé autour de la mousse et placer sur des bases.

FINANCIER À LA PISTACHE

189 g	Eau (à 20 °C) (27%)
63 g	Pâte de pistache Sosa (9%)
35 g	Huile de tournesol (5%)
84 g	Sucre (12%)
3,5 g	Sel (0,5%)
3 g	Flaxfiber Sosa (0,4%)
140 g	Farine de riz complet (tamisée) (20%)
161 g	Farine de pistache Sosa (tamisée) (23%)
14 g	Colorant vert menthe naturel hydrosoluble en poudre Sosa (tamisé) (2%)
7,5 g	Baking Powder Sosa (tamisé) (1,1%)

Mélanger l'eau, la pâte de pistache, l'huile de tournesol, le sucre, le sel et le Flaxfiber et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.

Mélanger la farine de riz, la farine de pistache, le colorant et la levure (Baking Powder) et ajouter à la préparation précédente, en travaillant le mélange avec un fouet.



Dans cette pâte vegan et sans gluten, l'utilisation de Flaxfiber nous aide à créer la structure du financier, avec un résultat parfait qui ne s'effrite pas après cuisson.

ADRIANNA JAWORSKA

SABLÉ À LA PISTACHE

145 g	Eau (à 20 °C) (13,2%)
187 g	Sucre (17%)
110 g	Graisse de coco (à 35 °C) (10%)
77 g	Huile de tournesol (7%)
13 g	Colorant vert menthe naturel hydrosoluble en poudre Sosa (1,2%)
11 g	Natur Emul Sosa (1%)
416 g	Farine de riz complet (37,8%)
99 g	Farine de pistache Sosa (9%)
33 g	Psyllium Sosa (3%)
5,5 g	Baking Powder Sosa (0,5%)
3,5 g	Sel (0,3%)

Mélanger l'eau, le sucre, la graisse de coco, l'huile de tournesol, le colorant et le Natur Emul et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.

Mélanger la préparation précédente avec le reste des ingrédients au batteur sur première vitesse équipé de la feuille jusqu'à obtenir une texture homogène.



Grâce à l'utilisation de Natur Emul et de Psyllium, nous obtenons un sablé vegan et sans gluten à la texture parfaite. Natur Emul permet de remplacer le jaune d'œuf comme agent émulsifiant tandis que le Psyllium apporte de la structure à un sablé élaboré avec des farines sans gluten.

JORDI BORDAS

CRÈMEUX COCO

28 g Sucre (7%)
12 g Inuline Froid Sosa (3%)
3 g Pectine Acid Free Sosa (0,7%)
356 g Purée de coco Adamance (89%)
1 g Flaxfiber Sosa (0,3%)

Mélanger le sucre, l'inuline et la pectine.

Chauffer la purée à 30 °C dans une casserole, ajouter le mélange au sucre en remuant à l'aide d'un fouet, et chauffer à 85 °C sans cesser de remuer.

Mélanger le Flaxfiber et la préparation précédente et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.



La pectine Acid Free est une pectine exclusive de Sosa qui permet de gélifier les préparations non acides en leur conférant une texture très crémeuse.

OSCAR ALBIÑANA



Dans le cas présent, la fibre de lin sert à la fois à créer une émulsion et à lui apporter davantage de stabilité grâce à son fort pouvoir épaississant.

ADRIANNA JAWORSKA

GELÉE DE CASSIS

28 g Oligofruct Sosa (15%)
0,6 g Gomme de guar Sosa (0,3%)
2,5 g Pectine NH Sosa (1,4%)
42 g Eau (22,8%)
112 g Purée de cassis Adamance (60,5%)

Mélanger l'Oligofruct, la gomme de guar et la pectine.

Chauffer l'eau et la purée à 30 °C dans une casserole, ajouter le mélange à l'Oligofruct en remuant à l'aide d'un fouet, chauffer à 85 °C sans cesser de remuer.



Pour réaliser une gelée de cassis sans sucre ajouté, nous avons opté pour une purée sans sucre et de l'Oligofruct. Grâce à cette fibre, la gelée présente un degré de sucrosité suffisant ainsi qu'une bonne stabilité, y compris à la congélation/décongélation.

ADRIANNA JAWORSKA

MOUSSE À LA PISTACHE

28 g Sucre (4%)
14 g Vegan Mousse Gelatine Sosa (2%)
329 g Eau 1 (47%)
154 g Pâte de pistache Sosa (22%)
28 g Graisse de coco Sosa (4%)
3 g Flaxfiber Sosa (0,4%)
84 g Eau 2 (12%)
4,2 g Sojowhip Sosa (0,6%)
56 g Oligofruct Sosa (8%)

Mélanger le sucre et la Vegan Mousse Gelatine. Chauffer l'eau 1 à 30 °C dans une casserole, ajouter le mélange au sucre en remuant avec un fouet, chauffer à 85°C sans cesser de remuer.

Mélanger la pâte de pistache, la graisse de coco, le Flaxfiber et la préparation précédente et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute. Refroidir à 30-35 °C.

Foisonner l'eau 2 et le Sojowhip pendant 6 minutes au batteur à vitesse moyenne-élevée. Ajouter l'Oligofruct et foisonner pendant environ 4 minutes supplémentaires, jusqu'à obtenir une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée de l'opération.

Lorsque la meringue est prête, incorporer la préparation précédente à 30-35 °C, en travaillant délicatement le mélange à l'aide d'une spatule.



La Vegan Mousse Gelatine est un gélifiant que nous avons développé pour remplacer la gélatine animale dans les mousses. Elle offre une texture ferme mais souple et permet de congeler une préparation tout en conservant sa texture à la décongélation.

OSCAR ALBIÑANA



Le Flaxfiber, utilisée à la fois comme émulsifiant et comme épaississant et stabilisant dans cette mousse, permet de créer une texture moelleuse et souple, mais dotée d'une stabilité suffisante.

ADRIANNA JAWORSKA

NAPPAGE À LA PISTACHE

75 g Oligofruct Sosa (25%)
15 g Inuline Froid Sosa (5%)
1 g Pectine Acid Free Sosa (0,4%)
0,6 g Colorant vert menthe naturel hydrosoluble en poudre Sosa (0,2%)
116 g Eau (38,8%)
90 g Pâte de pistache Sosa (30%)
1 g Natur Emul Sosa (0,4%)
0,6 g Sel (0,2%)

Mélanger l'Oligofruct, l'inuline, la pectine et le colorant.

Chauffer l'eau à 30 °C dans une casserole, ajouter le mélange à l'Oligofruct en remuant à l'aide d'un fouet, chauffer à 85 °C sans cesser de remuer.

Mélanger la pâte de pistache, le Natur Emul, le sel et la préparation précédente et émulsionner fortement au Turmix pendant 1 minute.



TABLEAU RÉCAPITULATIF : PROBLÈMES ET SOLUTIONS

PÂTISSERIE / BOULANGERIE

Problème	Produit recommandé	Solution
Je veux réduire la quantité de matières grasses	INULINE CHAUD 	Remplacer tout ou partie des matières grasses par l'Inuline Chaud
Je veux réduire la sucrosité	OLIGOFRUCT OU INULINE FROID 	Remplacer une partie du sucre (Inuline Froid) ou la totalité du sucre (Oligofruct)
Je veux améliorer la texture à la décongélation ou résoudre un problème de synérèse	FLAXFIBER 	Ajouter de Flaxfiber (ou aussi remplacer la gomme xanthane si elle est déjà utilisée dans la recette)
Je veux améliorer l'émulsion ou remplacer un agent émulsifiant	NATUR EMUL ET FLAXFIBER 	Remplacer le jaune d'œuf ou un autre émulsifiant
Je veux remplacer le gluten	PSYLLIUM ET FLAXFIBER 	Remplacer la farine de blé par le Psyllium en association avec des amidons sans gluten et de Flaxfiber





La relation de proximité que nous entretenons avec des professionnels de la pâtisserie aux quatre coins du monde nous permet d’identifier les problèmes les plus courants qui se posent dans les préparations pâtissières. Dans le tableau ci-dessous, nous avons sélectionné cinq des questions les plus fréquentes et proposons les solutions que notre gamme de fibres peut apporter.

OSCAR ALBIÑANA

	Meringues	Mousses	Masses battues et viennoiseries	Nappages	Crèmes et crémeux	Glaces et sorbets
		✓			✓	✓
	✓	✓	✓	✓	✓	✓
		✓		✓	✓	✓
		✓		✓	✓	✓
			✓			





**Ingredients to
reimagine gastronomy**

Sosa Ingredients

Colònia Galobart, s/n - 08270 Navarcles (Barcelona) - Spain
T. +34 938 666 111 - www.sosa.cat - sosa@sosa.cat