

# Fibres

EN PÂTISSERIE

Paris 16 de juin 2025

jordibordas ×





# Éditorial

Dans un monde où l'alimentation saine devient une priorité croissante, la pâtisserie artisanale se trouve face à un défi – et une opportunité – uniques : réduire l'usage des matières grasses et des sucres sans compromettre la saveur, la texture ni l'expérience globale. Selon l'Organisation mondiale de la santé, la consommation excessive de sucres et de graisses est directement liée à des problèmes de santé mondiaux tels que l'obésité et les maladies cardiovasculaires. Dans ce contexte, les chefs pâtisseries jouent un rôle essentiel en créant des propositions qui s'alignent sur les tendances bien-être et la responsabilité sociale.

L'usage traditionnel des graisses et des sucres en pâtisserie a longtemps été crucial pour assurer des propriétés telles que la conservation et la texture. Toutefois, les avancées scientifiques et l'intégration de nouveaux ingrédients, comme l'inuline et l'oligofructose, ouvrent un champ de possibilités. Ces fibres naturelles permettent de réduire la quantité de sucre tout en augmentant la teneur en fibres, établissant ainsi l'équilibre parfait entre santé et gourmandise. Les recettes présentées dans ce livret vous invitent à explorer ces innovations : du croustillant coco à l'inuline au glaçage praliné à l'oligofructose, chaque création démontre qu'il est possible de satisfaire les palais les plus exigeants tout en répondant aux besoins de la société actuelle.

Cette année, nous allons encore plus loin : nous avons ajouté la valeur nutritionnelle de chaque recette, pour que vous puissiez consulter la teneur en matières grasses, en calories et en fibres. Nous vous encourageons également à comparer ces recettes à d'autres si vous le souhaitez.

La collaboration entre **Jordi Bordas** et **Sosa Ingrédients** transforme le monde de la pâtisserie depuis de nombreuses années. Au SIRHA 2023, nous avons présenté un projet commun sur l'utilisation des fibres en pâtisserie et, en 2025, nous sommes fiers de poursuivre dans cette voie. Avec tant de potentiel encore à explorer, nous sommes enthousiasmés à l'idée de continuer à collaborer et à redessiner ensemble l'avenir de la pâtisserie artisanale.

## à propos de **Jordi Bordas**

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 Ingrédients 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 Ingrédients s'engage à utiliser ses connaissances technologiques pour innover et améliorer en permanence ses produits afin de rendre la gastronomie plus responsable et accessible.

# Fleur de framboise

RECETTE POUR 3 TARTES OF 18 CM DE DIAMÈTRE

SANS GLUTEN

SANS LACTOSE

RICHE EN FIBRES

## VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G

kcal.....	290,74
Eau.....	42,51 %
Glucides.....	31,82 %
dont sucres.....	15,92 %
naturels.....	3,28 %
ajoutés.....	12,64 %
dont fibres.....	6,01 %
Protéines.....	4,30 %
Lipides.....	19,71 %
dont saturés.....	10,01 %
Sel.....	0,19 %



## Quantités par pièce

Sablé aux amandes .....	120 g
Biscuit vanille .....	80 g
Crème d'amandes.....	200 g
Mousse framboise.....	170 g
Caviar de framboise	
Glaçage framboise	

## Sablé aux amandes

Eau (à 20 °C).....	32 g	4,00 %
Jaunes d'œufs (à 20 °C) .....	72 g	9,00 %
Sucre de coco .....	144 g	18,00 %
Farine de riz (tamisée).....	354 g	44,25 %
Farine d'amande Sosa 41409 (tamisée).....	48 g	6,00 %
Sel.....	2 g	0,25 %
Huile de tournesol (à 20 °C) .....	36 g	4,50 %
Huile de coco		
désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	112 g	14,00 %
<b>Total</b>	<b>800 g</b>	

Mélanger l'eau, les jaunes d'œufs et le sucre de coco et laisser hydrater 10 minutes, jusqu'à dissolution complète du sucre.

Mettre tous les ingrédients dans le batteur muni de la feuille et mélanger à basse vitesse jusqu'à obtenir une pâte homogène.

*Abaisser la pâte entre deux tapis en silicone sur 3 mm d'épaisseur puis congeler.*

*Retirer les tapis, découper 3 disques à l'aide de l'emporte-pièce pour sablé (anneau inox Ø 21 cm).*

*Déposer les cercles à tarte (3 anneaux micro-perforés à bords arrondis, Siliko-Mart KIT 3D TARTE RING BLOOM 180, Ø 18 cm, h 2 cm) sur une plaque recouverte d'un tapis micro-perforé, placer les disques de sablé dessus et, lorsqu'ils commencent à décongeler, presser légèrement du bout des doigts pour épouser la forme du cercle. Éliminer l'excédent.*

*Piquer le fond des tartes à la fourchette et cuire environ 14 minutes à 150 °C dans un four ventilé, tirage ouvert. Laisser refroidir à 20 °C.*

*Ôter les cercles, badigeonner l'intérieur et l'extérieur du sablé d'huile de coco fondue, refroidir au réfrigérateur et appliquer une seconde couche.*

## Biscuit vanille

Jaunes d'œufs (à 30 °C).....	15 g	5,00 %
Blancs d'œufs (à 30 °C).....	69 g	23,00 %
Eau (à 30 °C).....	30 g	10,00 %
Pâte d'amande crues Sosa 41222 (à 20 °C).....	48 g	16,00 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	18 g	6,00 %
Graines de vanille .....	1,8 g	0,60 %
Sucre de coco.....	45 g	15,00 %
Farine d'amande Sosa 41409 (tamisée).....	24 g	8,00 %
Farine de riz (tamisée).....	46 g	15,40 %
Baking Powder Sosa 45480 (tamisée).....	3 g	1,00 %
<b>Total</b>	<b>300 g</b>	

Mélanger les jaunes, les blancs, l'eau, la pâte d'amande, l'huile de coco et la vanille et émulsionner vigoureusement au mixeur plongeant pendant 1 minute. Ajouter le sucre de coco et mixer de nouveau.

Mélanger la farine d'amande, la farine de riz et le Baking Powder, puis incorporer au mélange précédent au mixeur plongeant.

*Poser les cercles pour financier (3 anneaux inox Ø 15 cm, h 3 cm) sur une plaque avec papier cuisson et pocher 80 g d'appareil dans chaque cercle.*

*Cuire environ 12 minutes à 180 °C dans un four ventilé, tirage fermé.*

*Laisser refroidir, retirer les cercles et conserver à 20 °C.*

## Crème d'amandes

Sucre.....	31 g	8,00 %
Pro-pannacotta Sosa 48650.....	1,2 g	0,30 %
Gomme guar Sosa 48682.....	1,2 g	0,30 %
Eau .....	221 g	56,90 %
Pâte d'amande crues Sosa 41222 .....	97 g	25,00 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 .....	31 g	8,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	5,8 g	1,50 %
<b>Total</b>	<b>350 g</b>	

Mélanger le sucre, le Pro-pannacotta et la gomme guar.

Chauffer l'eau à 30 °C, verser le mélange sucre-gomme et porter à 85 °C en remuant sans cesse.

Mixer la pâte d'amande, l'huile de coco, la lécithine et la préparation chaude, émulsionner vigoureusement 1 minute au mixeur plongeant.

*Laisser cristalliser au réfrigérateur.*

*Détendre la crème au fouet, pocher une fine couche sur les fonds de sablés puis placer les disques de financier bien centrés. Pocher le reste de crème jusqu'au bord du sablé et lisser. Réserver au réfrigérateur.*

## Mousse framboise

Purée de framboise Adamance 1 (à 20 °C).....	456 g	62,60 %
Gélatine bovine		
220 Bloom en poudre Sosa 48655 .....	10,2 g	1,40 %
Huile de coco		
désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	87 g	12,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	7,3 g	1,00 %
Purée de framboise Adamance 2 (à 30 °C).....	102 g	14,00 %
Albuwhip Sosa 48688 .....	7,3 g	1,00 %
Sucre.....	58 g	8,00 %
<b>Total</b>	<b>575 g</b>	

Mélanger  $\frac{1}{3}$  de la purée de framboise 1 avec la gélatine et laisser hydrater 20 minutes. Chauffer à 45 °C puis mixer avec le reste de purée 1.

Ajouter l'huile de coco et le Natur Emul, émulsionner 1 minute au mixeur plongeant puis laisser refroidir à 32 °C.

Monter la purée de framboise 2 et l'Albuwhip au robot 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter le sucre et fouetter encore 6 minutes pour obtenir une meringue légère ( $\approx 30$  °C).

Incorporer progressivement la préparation à 32 °C dans la cuve à vitesse lente puis finir de mélanger délicatement à la maryse.

*Couler la mousse à ras des moules fleurs (3 moules silicone fleur SilikoMart KIT 3D TARTE RING BLOOM 180, Ø 17 cm, h 2 cm). Lisser et congeler.*



"**Albuwhip** nous permet de réaliser des meringues avec des purées de fruits grâce à ses propriétés foisonnantes et stabilisantes, en rehaussant la saveur dans la recette."

*Jordi Bordas*

### Caviar de framboise

Sucre.....	60 g	15,00 %
Inuline Froid Sosa 50063 .....	40 g	10,00 %
Agar-agar Sosa 41296 .....	2,8 g	0,70 %
Purée de framboise Adamance .....	200 g	50,00 %
Eau .....	97 g	24,30 %
<b>Total</b>	<b>400 g</b>	

Remplir un pichet d'huile de tournesol et le refroidir au congélateur.

Mélanger le sucre, l'inuline et l'agar-agar.

Chauffer la purée et l'eau à 30 °C, verser le mélange sucre et porter à ébullition en remuant. Laisser refroidir à 60 °C.

Verser la préparation dans un distributeur et former des gouttes dans l'huile froide.

Égoutter dans une passoire et laisser l'huile s'écouler complètement.

*Conserver au réfrigérateur.*

### Glaçage framboise

Oligofruct Sosa 41551 .....	320 g	32,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	8 g	0,80 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	1 g	0,10 %
Food Colour rouge Sosa 48681 .....	15 g	1,50 %
Purée de framboise Adamance .....	400 g	40,00 %
Eau .....	256 g	25,60 %
<b>Total</b>	<b>1000 g</b>	

Mélanger l'Oligofruct, la pectine, la gomme guar et le colorant.

Chauffer la purée et l'eau à 30 °C, ajouter le mélange précédent et porter à 85 °C en remuant.

*Laisser refroidir et réserver au réfrigérateur au moins 4 heures.*

## Finitions

Chauffer le glaçage à 60 °C. Démouler les fleurs de mousse, les pulvériser de glaçage et nettoyer les bords. Poser les fleurs centrées sur les sablés et combler les interstices latéraux et centraux de caviar. Déposer les tartes sur des supports.

Avant dégustation, décongeler au réfrigérateur au moins 2 heures.



# Oblio Noisette

RECETTE POUR 24 PETITS GÂTEAUX

SANS GLUTEN

VÉGAN

RICHE EN FIBRES

## VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G

kcal .....	275,07
Eau.....	47,03 %
Glucides .....	30,50 %
dont sucres .....	18,48 %
naturels .....	0,93 %
ajoutés.....	17,54 %
dont fibres.....	6,25 %
Protéines.....	3,66 %
Lipides .....	16,83 %
dont saturés.....	7,35 %
Sel.....	0,20 %



## Quantités par pièce

Sablé amande-cacao .....	15 g
Financier noisette .....	16 g
Crèmeux noisette .....	17 g
Mousse chocolat 70 % .....	65 g
Glaçage praliné noisette	
Praliné noisette 60 %	
Noisettes entières	

## Sablé amande-cacao

Eau (à 20 °C).....	96 g	12,00 %
Sucre de coco .....	144 g	18,00 %
Huile de coco		
désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	96 g	12,00 %
Huile de tournesol (à 20 °C) .....	40 g	5,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	4,8 g	0,60 %
Farine d'amande Sosa 41409 (tamisée).....	80 g	10,00 %
Farine de riz (tamisée).....	242 g	30,20 %
Cacao poudre (tamisée).....	32 g	4,00 %
Fécule de maïs (tamisée).....	48 g	6,00 %
Psyllium Sosa 43300 .....	8 g	1,00 %
Baking Powder Sosa 45480 (tamisée).....	4 g	0,50 %
Gomme xanthane Sosa 48642.....	4 g	0,50 %
Sel.....	1,6 g	0,20 %
<b>Total</b>	<b>800 g</b>	

Mélangez l'eau, le sucre de coco, l'huile de coco, l'huile de tournesol et la lécithine, puis émulsionnez vigoureusement avec un mixeur plongeant pendant 1 minute. Ajoutez la farine d'amande et continuez à mixer avec le mixeur plongeant pendant une minute supplémentaire.

Mélangez tous les ingrédients dans un batteur sur socle avec la feuille (pale) à basse vitesse jusqu'à l'obtention d'une texture homogène.



"Le **Psyllium** nous aide à obtenir la structure d'un sablé totalement stable, végétalien et sans gluten. Il remplace la fonction liant des protéines de l'œuf et du gluten."

*Jordi Bordas*

*Abaissez la pâte entre deux tapis en silicone sur une épaisseur de 3 mm et congelez.*

*Retirez les tapis en silicone et découpez 24 disques à l'aide de l'emporte-pièce pour le sablé (1 cercle inox, 7 cm de diamètre).*

Piquez les disques de sablé avec une fourchette et faites cuire à 150 °C pendant environ 14 minutes dans un four ventilé avec la cheminée ouverte.

Laissez refroidir à température ambiante (20 °C) et badigeonnez les deux faces des disques avec de l'huile de coco fondue.

### Financier noisette

Eau (à 20 °C).....	343 g	34,30 %
Sucre de coco.....	150 g	15,00 %
Pâte de noisette grillée Sosa 40371 .....	140 g	14,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	15 g	1,50 %
Farine de noisette (tamisée).....	180 g	18,00 %
Farine de riz (tamisée).....	150 g	15,00 %
Baking Powder Sosa 45480 (tamisée).....	11 g	1,10 %
Psyllium Sosa 43300 .....	10 g	1,00 %
Sel.....	1 g	0,10 %
<b>Total</b>	<b>1000 g</b>	

Sur une plaque de cuisson recouverte d'un tapis en silicone, placez les réglettes pour le financier (2 réglettes rectangulaires en méthacrylate, 60 cm de long et 1 cm de haut), espacées de 30 cm.

Mélangez l'eau, le sucre de coco, la pâte de noisette et le Natur Emul, puis émulsionnez vigoureusement avec un mixeur plongeant pendant 1 minute.

Mélangez la farine de noisette, la farine de riz, la Baking Powder, le Psyllium et le sel, puis incorporez au mélange précédent en utilisant le mixeur plongeant.

Versez la préparation dans l'espace rectangulaire délimité par les réglettes, lissez la surface et retirez les réglettes.

Faites cuire à 180 °C pendant environ 10 minutes dans un four ventilé avec la cheminée fermée.

Laissez refroidir, découpez 24 disques à l'aide de l'emporte-pièce pour le financier (1 cercle inox de 5,5 cm de diamètre) et faites un trou au centre à l'aide du petit emporte-pièce pour le financier (1 cercle inox de 3 cm de diamètre).

Recouvrez d'un tapis en silicone et congelez. Retournez et retirez le premier tapis. Conservez à température ambiante (20 °C).

## Crèmeux noisette

Sucre de coco.....	44 g	8,00 %
Pro-pannacotta Sosa 48650.....	1,7 g	0,30 %
Gomme guar Sosa 48682.....	2,2 g	0,40 %
Eau .....	304 g	54,70 %
Pâte de noisette grillée Sosa 40371 .....	156 g	28,00 %
Huile de coco désodorisée Sosa Sosa 43295.....	44 g	8,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	3,3 g	0,60 %
<b>Total</b>	<b>500 g</b>	

Mélangez le sucre de coco, la Pro-pannacotta et la gomme guar.

Chauffez l'eau à 30 °C dans une casserole, incorporez le mélange de sucre de coco et chauffez jusqu'à 85 °C en remuant constamment.

Mélangez la pâte de noisette, l'huile de coco, la lécithine et la préparation précédente, puis émulsionnez vigoureusement avec un mixeur plongeant pendant 1 minute.

*Laissez cristalliser au réfrigérateur.*

## Mousse chocolat 70 %

Sucre 1.....	32 g	2,00 %
Agar-agar Sosa 41296 .....	1,3 g	0,08 %
Gomme guar Sosa 48682 1.....	3,2 g	0,20 %
Eau 1.....	659 g	41,17 %
Couverture noire 70 %.....	400 g	25,00 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295.....	80 g	5,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	8 g	0,50 %
Eau 2 (à 30 °C) .....	240 g	15,00 %
Potatowhip Cold Sosa 43124.....	14,4 g	0,90 %
Gomme guar Sosa 48682 2.....	2,4 g	0,15 %
Sucre 2 .....	160 g	10,00 %
<b>Total</b>	<b>1600 g</b>	

Mélangez le sucre 1, l'agar-agar et la gomme guar 1.

Chauffez l'eau 1 à 30 °C dans une casserole, incorporez le mélange de sucre 1 et portez à ébullition en remuant constamment.



"Dans cette, **Potatowhip Cold**, une protéine végétale sans goût, nous permet de créer une texture aériée et légère."

*Jordi Bordas*

Mélangez la couverture, l'huile de coco, le Natur Emul et la préparation précédente, émulsionnez vigoureusement avec un mixeur plongeant pendant 1 minute et laissez refroidir à 70 °C.

Mélangez l'eau 2, le Potatowhip et la gomme guar 2 avec un mixeur plongeant, puis fouettez pendant 10 minutes dans un batteur sur socle à vitesse moyenne-élevée. Ajoutez le sucre 2 et continuez à fouetter pendant 10 minutes supplémentaires, jusqu'à obtention d'une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C tout au long du processus.

Lorsque la meringue est prête, incorporez progressivement la préparation précédente à 70 °C, en mélangeant délicatement à la main.

*Dressez 65 g dans les moules pour la mousse (24 moules en silicone en forme d'anneau, modèle OBLIO 95 de SilikoMart, 7,5 cm de diamètre et 3 cm de hauteur), recouvrez avec les anneaux de financier, lissez et congelez.*

### Glaçage praliné noisette

Oligofruct Sosa 41551 .....	200 g	10,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	20 g	1,00 %
Gluconolactat Sosa 50060 (Gluconolactate en poudre).....	4,2 g	0,21 %
Sucre muscovado clair .....	240 g	12,00 %
Eau .....	848 g	42,39 %
Masse de cacao .....	120 g	6,00 %
Praliné noisette 60 % .....	560 g	28,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	4 g	0,20 %
Sel.....	4 g	0,20 %
<b>Total</b>	<b>2000 g</b>	

Mélangez l'Oligofruct, la pectine, le Gluconolactat et le sucre muscovado.

Chauffez l'eau à 30 °C dans une casserole, incorporez le mélange à base d'Oligofruct et chauffez jusqu'à 85 °C en remuant constamment.

Mélangez la masse de cacao, le praliné, la lécithine, le sel et la préparation précédente, puis émulsionnez vigoureusement avec un mixeur plongeant pendant 1 minute.

*Laissez refroidir et conservez au réfrigérateur pendant au moins 24 heures.*

## Finitions

Placer les disques de sablé sur les fonds.

Chauffer le glaçage à 50 °C. Démouler les anneaux de mousse et de financier, les déposer sur une grille, glacer puis laisser s'égoutter. Les placer ensuite sur les disques de sablé.

Fouetter la crème pour homogénéiser la texture, puis pocher 17 g dans les cavités des anneaux de mousse. Pocher ensuite 4 g de praliné noisette sur la crème.

Concasser quelques noisettes et décorer les anneaux glacés avec les éclats de noisette.

Avant dégustation, décongeler au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.



# Lunar

RECIPE FOR 3 ENTREMETS OF 16.5 CM OF DIAMETER

SANS GLUTEN

SANS LACTOSE

RICHE EN FIBRES

## VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G

kcal.....	339,26
Eau.....	40,18 %
Glucides.....	29,99 %
dont sucres.....	14,04 %
natural.....	5,17 %
ajouté.....	8,87 %
dont fibres.....	9,03 %
Protéines.....	4,50 %
Lipides.....	24,45 %
dont saturés.....	18,54 %
Sel.....	0,15 %



## Quantités par pièce

Croquant aux amandes et à la noix de coco.....	220 g
Génoise à la noix de coco.....	80 g
Compote de fraises gélifiée.....	130 g
Mousse à la noix de coco.....	120 g
Mousse à la mangue.....	140 g
Glaçage à la mangue	
Peinture jaune	
Mangue entière	
Fraises entières	
Noix de coco déshydratée laminée	

## <sup>1</sup> Crumble de noix de coco

Farine de riz.....	195 g	34,50 %
Sucre de coco.....	79 g	14,00 %
Noix de coco râpée Sosa 50756.....	108 g	19,00 %
Sel.....	1,1 g	0,20 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 (à 20 °C).....	130 g	23,00 %
Eau.....	53 g	9,30 %

Mélanger la farine de riz, le sucre de coco, la noix de coco râpée et le sel dans un robot culinaire jusqu'à l'obtention d'une poudre fine.

Mélanger tous les ingrédients dans le batteur sur socle à faible vitesse avec l'accessoire batteur jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.

Râper la pâte à l'aide d'une grille et l'étaler uniformément sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Faire cuire le crumble à 140 °C pendant environ 20 minutes dans un four ventilé avec la grille ouverte.

*Laisser refroidir, couper en morceaux d'environ 5 x 5 mm et conserver à température ambiante (20 °C) pour utiliser dans le croustillant aux amandes et à la noix de coco.*



"Les fibres et les protéines végétales sont de précieuses alliées dans le monde de la pâtisserie végétalienne. Des protéines végétales comme **Potatowhip** et des fibres telles que l'**Oligofruct**, l'**Inuline** et le **Psyllium** permettent d'obtenir des textures végétales stables, plus saines, plus légères et savoureuses."

*Jordi Bordas*

**2 80 % praliné aux amandes et à la noix de coco**

Amandes entières pelées Sosa 41516 .....	141 g	30,00 %
Noix de coco râpée Sosa 50756 .....	235 g	50,00 %
Sucre de coco .....	94 g	20,00 %

Torréfier les amandes à 150 °C pendant environ 10 minutes dans un four ventilé avec l'évent ouvert et laisser refroidir complètement.

Mixer tous les ingrédients dans un robot jusqu'à l'obtention d'une pâte fine et fluide (facultatif : affiner pendant 4 heures dans un conchoir).

*Conserver à température ambiante (20 °C) pour utiliser dans le croquant aux amandes et à la noix de coco.*

**Croquant aux amandes et à la noix de coco**

Crumble de noix de coco <sup>1</sup> .....	400 g	50,00 %
80 % praliné aux amandes et à la noix de coco <sup>2</sup> (à 30 °C) .....	400 g	50,00 %
<b>Total</b>	<b>800 g</b>	

*Sur un plateau tapissé de papier sulfurisé, positionner les anneaux extérieurs (3 anneaux inox, 16,5 cm de diamètre et 3 cm de hauteur) tapissés de bandes d'acétate de 3 cm de hauteur. Peindre les anneaux intérieurs pour le croustillant (3 anneaux en inox, 14 cm de diamètre et 3 cm de hauteur) avec de l'huile de tournesol et les placer au centre des anneaux extérieurs.*

Mélanger le crumble et le praliné, en mélangeant délicatement jusqu'à l'obtention d'un résultat homogène.

*Répartir 120 g de croustillant entre chaque paire d'anneaux et congeler. Retirer délicatement les anneaux intérieurs pour le croustillant et doser 100 g de croustillant supplémentaire sur les bases. Aplatir et congeler à l'intérieur des anneaux.*

**Génoise à la noix de coco**

Blancs d'œufs (à 30 °C).....	63 g	19,00 %
Albuwhip Sosa 48688 .....	8,6 g	2,60 %
Cremor tartare Sosa 41542.....	0,6 g	0,19 %
Sucre de coco.....	56 g	17,00 %
Farine de riz.....	33 g	10,00 %
Farine d'amande Sosa 41409.....	36 g	11,00 %
Noix de coco râpée Sosa 50756.....	36 g	11,00 %
Purée de noix de coco à 22 % de matière grasse Adamance (à 20 °C).....	96 g	29,21 %
<b>Total</b>	<b>330 g</b>	

Fouetter les blancs d'œufs, l'Albuwhip et le Cremor tartare dans un batteur sur socle pendant 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter le sucre de coco et fouetter pendant 6 minutes supplémentaires, jusqu'à l'obtention d'une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée du processus.

Mélanger la farine de riz, la farine d'amande et la noix de coco râpée dans un robot culinaire jusqu'à l'obtention d'une poudre fine.

Mélanger la purée avec 1/3 de la préparation précédente.

Lorsque la meringue est prête, incorporer le mélange de purée et le reste du mélange de poudres, en pliant délicatement avec la spatule.

*Placer les cercles pour la génoise (3 cercles en inox de 14 cm de diamètre et 3 cm de hauteur) sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et déposer 80 g de génoise dans les cercles.*

*Pulvériser légèrement avec de l'eau et cuire à 160 °C pendant environ 6 minutes dans un four ventilé avec la grille d'aération fermée. Laisser refroidir, retirer les anneaux, décoller délicatement les disques de génoise du papier et congeler.*

**Compote de fraises gélifiée**

Sucre.....	33 g	6,00 %
Inuline Froid Sosa 50063 .....	54 g	10,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	6,5 g	1,20 %
Purée de fraises Adamance.....	217 g	40,00 %
Fraises entières (en dés de 8 x 8 mm).....	195 g	35,80 %
Purée de citron Adamance.....	38 g	7,00 %
<b>Total</b>	<b>500 g</b>	

Mélangez le sucre, l'inuline et la pectine.

Chauffer la purée et les dés de fraises à 30 °C et incorporer le mélange de sucre. Chauffer à 45 °C, ajouter la purée de citron et chauffer à 85 °C en remuant constamment.

Placer les anneaux pour la compote (3 anneaux inox de 14 cm de diamètre et 3 cm de hauteur), dont le fond est scellé par un film, sur un plateau recouvert d'un tapis en silicone. Répartir 130 g de compote dans les cercles et congeler.

Lorsqu'ils sont complètement congelés, démouler les disques de compote et les conserver au congélateur.

## Mousse à la noix de coco

Purée de noix de coco à 22 %		
de matière grasse Adamance (à 20 °C).....	284 g	63,18 %
Huile de coco		
désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	37 g	8,10 %
Masse de gélatine 6:1 (à 45 °C).....	36 g	8,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	2,7 g	0,60 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	1,4 g	0,30 %
Blancs d'œuf (à 30 °C) .....	54 g	12,00 %
Albuwhip Sosa 48688 .....	3,1 g	0,70 %
Cremor tartare Sosa 41542 .....	0,5 g	0,12 %
Sucre.....	23 g	5,00 %
Inuline Froid Sosa 50063 .....	9 g	2,00 %
<b>Total</b>	<b>450 g</b>	

Mélanger la purée, l'huile de coco, la masse de gélatine, la lécithine et la gomme guar à l'aide d'un mixeur plongeant.

Monter les blancs d'œufs, l'Albuwhip et le Cremor tartare dans un batteur sur socle pendant 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter le sucre et l'inuline et fouetter pendant 6 minutes supplémentaires, jusqu'à l'obtention d'une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée de l'opération.

Lorsque la meringue est prête, incorporer petit à petit la préparation précédente dans le batteur à vitesse lente et finir de mélanger délicatement à la main.

Répartir 120 g de meringue dans les cercles extérieurs sur le croustillant, couvrir avec les disques de génoise et congeler.



"Nous remplaçons une partie du sucre dans la meringue par de l'**Inuline Froid**, une fibre qui apporte une plus grande stabilité à la meringue et réduit la quantité de sucre, ce qui donne une mousse plus équilibrée en douceur et en teneur en sucre."

*Jordi Bordas*

## Mousse à la mangue

Purée de mangue Adamance (à 20 °C) .....	296 g	59,15 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	1 g	0,20 %
Masse de gélatine 6:1 (à 45 °C).....	30 g	6,00 %
Huile de coco		
désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	50 g	10,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	4 g	0,80 %
Blancs d'œuf (à 30 °C) .....	75 g	15,00 %
Albuwhip Sosa 48688 .....	3,5 g	0,70 %
Cremor tartare Sosa 41542.....	0,8 g	0,15 %
Oligofruct Sosa 41551 .....	40 g	8,00 %
<b>Total</b>	<b>500 g</b>	

Mélanger la purée et la gomme guar à l'aide d'un mixeur plongeant et laisser hydrater pendant 15 minutes.

Mélanger la masse de gélatine, l'huile de coco, le Natur Emul et la préparation précédente ; émulsionner vigoureusement avec le mixeur plongeant pendant 1 minute, puis laisser refroidir à 32 °C.

Fouetter les blancs d'œufs, l'Albuwhip et le Cremor tartare dans un batteur sur socle pendant 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter l'Oligofruct et fouetter encore 6 minutes, jusqu'à obtention d'une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C tout au long du processus.

Lorsque la meringue est prête, incorporer petit à petit la préparation précédente à 32 °C dans le batteur sur socle à basse vitesse, puis terminer le mélange délicatement à la main.

*Dresser 140 g dans les moules Lunar (trois moules ronds en silicone, percés au centre, 17 cm de diamètre et 4 cm de hauteur) et couvrir avec les disques de compote, qui doivent affleurer le bord du moule. Congeler.*

### Glaçage à la mangue

Oligofruct Sosa 41551 .....	320 g	32,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	9 g	0,90 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	1 g	0,10 %
Purée de mangue Adamance.....	440 g	44,00 %
Eau .....	210 g	21,00 %
Purée de citron Adamance.....	20 g	2,00 %
<b>Total</b>	<b>1000 g</b>	

Mélanger 1/3 de l'Oligofruct, la pectine et la gomme guar.

Chauffer la purée de mangue et l'eau à 30 °C dans une casserole et incorporer le mélange d'Oligofruct. Porter à 45 °C, incorporer le reste de l'Oligofruct et la purée de citron et porter à 85 °C en remuant constamment.

*Laisser refroidir et conserver au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.*

### Peinture jaune

Beurre de cacao (à 45 °C).....	272 g	90,70 %
Food Colour jaune Sosa 11471 .....	27 g	9,00 %
Food Colour rouge Sosa 48681.....	0,9 g	0,30 %
<b>Total</b>	<b>300 g</b>	

Mélanger tous les ingrédients à l'aide d'un mixeur manuel et filtrer.

*Conserver à température ambiante (20 °C).*

## Finitions

Chauffer la peinture à 25 °C. Retirer les anneaux et les bandes d'acétate des parties comportant le croquant, placer ces parties sur les anneaux hauts, et pulvériser les côtés du croquant avec la peinture pour obtenir un effet velours. Placer sur les bases.

Chauffer le glaçage à 50 °C. Démouler les parties avec la mousse de mangue, les placer sur les anneaux hauts et les pulvériser avec le glaçage. Placer ces pièces sur celles avec le croquant.

Couper les mangues et les fraises en dés d'environ 2 x 2 cm et décorer le trou au centre des entremets avec des dés de mangue et de fraise et de la noix de coco déshydratée laminée.

Avant la consommation, décongeler au réfrigérateur pendant au moins 5 heures.





## Mousse pistache

Eau (à 20 °C).....	817 g	40,86 %
Gomme guar Sosa 48682.....	6 g	0,30 %
Masse de gélatine 6:1 (à 45 °C).....	200 g	10,00 %
Pâte de pistache Sosa 44132 (à 20 °C).....	500 g	25,00 %
Natur Emul Sosa 48645.....	20 g	1,00 %
Blancs d'œuf (à 30 °C).....	280 g	14,00 %
Albuwhip Sosa 48688.....	14 g	0,70 %
Cremor tartare Sosa 41542.....	2,8 g	0,14 %
Sucre.....	160 g	8,00 %
<b>Total</b>	<b>1999,8 g</b>	



Mélanger l'eau et la gomme guar au mixeur plongeant et laisser hydrater pendant 15 minutes.

Mélanger la masse de gélatine, la pâte de pistache, le Natur Emul et la préparation précédente, et émulsionner vigoureusement au mixeur plongeant pendant 2 minutes. Laisser refroidir jusqu'à ce que cela commence à gélifier.

Fouetter les blancs d'œufs, l'Albuwhip et le Cremor tartare dans un batteur sur socle pendant 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter le sucre et fouetter pendant encore 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 petit à petit la préparation précédente dans le batteur à basse vitesse et finir de mélanger délicatement à la main.

## Mousse de pêche

Purée de pêche Adamance 1 (à 20 °C).....	1340 g	67,20 %
Gélatine bovine 220 Bloom en poudre Sosa 48655.....	22 g	1,10 %
Gomme guar Sosa 48682.....	4 g	0,20 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C).....	200 g	10,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644.....	10 g	0,50 %
Purée de pêche Adamance 2 (à 30 °C).....	240 g	12,00 %
Albuwhip Sosa 48688.....	20 g	1,00 %
Oligofruct Sosa 41551.....	160 g	8,00 %
<b>Total</b>	<b>1996 g</b>	



Mélanger 1/3 de la purée 1 et la gélatine en poudre et laisser hydrater pendant 20 minutes.

Chauffer à 45 °C, ajouter le reste de la purée et la gomme guar et mélanger à l'aide d'un mixeur manuel.

Mélanger l'huile de coco, la lécithine et la préparation précédente et émulsionner vigoureusement au mixeur plongeant pendant 2 minutes.

Fouetter la purée 2 et l'Albuwhip dans un batteur sur socle pendant 4 minutes à vitesse moyenne-élevée. Ajouter l'Oligofruct et fouetter pendant 6 minutes supplémentaires, jusqu'à l'obtention d'une meringue légère, en maintenant une température d'environ 30 °C pendant toute la durée de l'opération.

Lorsque la meringue est prête, incorporer petit à petit la préparation précédente dans le batteur à basse vitesse et finir de mélanger délicatement à la main.

**Compote de mangue gélifiée**

Oligofruct Sosa 41551 .....	180 g	9,00 %
Inuline Froid Sosa 50063 .....	140 g	7,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	16 g	0,80 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	2 g	0,10 %
Mangue entière (en dés d'environ 5 x 5 mm) .....	920 g	46,00 %
Purée de mangue Adamance .....	642 g	32,10 %
Purée de citron Adamance .....	100 g	5 %
<b>Total</b>	<b>2000 g</b>	

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

Chauffer les dés de mangue et la purée à 30 °C dans une casserole et incorporer le mélange d'Oligofruct. Porter à 45 °C, ajouter la purée de citron et porter lentement à 85 °C en remuant constamment.

**Crèmeux monté de litchi**

Pro-pannacotta Sosa 48650 .....	12 g	0,60 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	2 g	0,10 %
Purée de litchi Adamance .....	1470 g	73,70 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 .....	500 g	25,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644 .....	12 g	0,60 %
<b>Total</b>	<b>1996 g</b>	



Mélanger la Pro-pannacotta et la gomme guar.

Chauffer la purée à 30 °C dans une casserole, incorporer le mélange de Pro-pannacotta et chauffer à 85 °C en remuant constamment.

Mélanger l'huile de coco, la lécithine et la préparation précédente, et émulsionner vigoureusement à l'aide d'un mixeur plongeant pendant 2 minutes.

Laisser cristalliser au réfrigérateur pendant au moins 12 heures.

Fouetter au batteur sur socle pendant 3 minutes à vitesse moyenne.

Laisser cristalliser au réfrigérateur pendant 2 heures, puis former des boules et congeler.

**Crèmeux Baileys**

Crème (35 % de matière grasse).....	1230 g	61,40 %
Grains de vanille (avec les gousses) .....	10 g	0,50 %
Sucre muscovado clair.....	200 g	10,00 %
Poudre de cacao.....	20 g	1,00 %
Pectine Nappage X58 Sosa 48675.....	24 g	1,20 %
Gomme xanthane Sosa 48642.....	2 g	0,10 %
Café expresso.....	100 g	5,00 %
Whisky 40 %.....	400 g	20,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644.....	16 g	0,80 %
<b>Total</b>	<b>2002 g</b>	



Chauffer la crème et la vanille à 50 °C dans une casserole, couvrir, laisser infuser 10 minutes et égoutter.

Mélanger le sucre muscovado, le cacao en poudre, la pectine et la gomme xanthane.

Chauffer la crème infusée et le café à 30 °C dans une casserole, incorporer le mélange de sucre muscovado et chauffer à 85 °C en remuant constamment.

Laisser refroidir à 40 °C, ajouter le whisky et la lécithine et émulsionner vigoureusement à l'aide d'un mixeur plongeant pendant 2 minutes.

Laisser cristalliser au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.

Homogénéiser la texture à l'aide d'un fouet et monter en chantilly.

**Crèmeux monté au calamansi**

Sucre.....	200 g	10,00 %
Pectine Fruit NH Sosa 48667 .....	40 g	2,00 %
Gomme guar Sosa 48682 .....	2 g	0,10 %
Eau .....	718 g	35,90 %
Purée de calamansi Adamance.....	428 g	21,40 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295.....	600 g	30,00 %
Lécithine de soja en poudre Sosa 48644.....	12 g	0,60 %
<b>Total</b>	<b>2000 g</b>	



Mélanger le sucre, la pectine et la gomme guar.

Chauffer l'eau à 30 °C dans une casserole et y incorporer le mélange de sucre. Chauffer à 45 °C, incorporer la purée et chauffer à 85 °C en remuant constamment.

Mélanger l'huile de coco, la lécithine et la préparation précédente et émulsionner vigoureusement à l'aide d'un mixeur plongeant pendant 2 minutes.

Laisser cristalliser au réfrigérateur pendant au moins 12 heures.

Fouetter au batteur sur socle pendant 3 minutes à vitesse moyenne.

Laisser cristalliser dans le réfrigérateur, former des tubes et congeler.

# Cake Chai

RECETTE POUR 3 GÂTEAUX DE 15 CM DE DIAMÈTRE

## VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G

kcal.....	355,13
Eau.....	30,94 %
Glucides.....	38,40 %
dont sucres.....	6,40 %
naturels.....	4,58 %
ajoutés.....	1,82 %
dont fibres.....	18,19 %
Protéines.....	5,58 %
Lipides.....	22,94 %
dont saturés.....	8,73 %
Sel.....	0,67 %



### **1 Mélangé d'épices chai**

Cannelle en poudre.....	20 g	40,00 %
Anis en poudre .....	8,8 g	17,50 %
Gingembre en poudre.....	7,5 g	15,00 %
Cardamome en poudre.....	5 g	10,00 %
Girofle en poudre .....	5 g	10,00 %
Muscade en poudre .....	2,5 g	5,00 %
Poivre en poudre .....	1,3 g	2,50 %
<b>Total</b>	<b>50,1 g</b>	

Mélanger tous les ingrédients.

Conserver à température ambiante (20 °C) pour le crumble aux épices et la pâte à gâteau aux épices.

### **Crumble aux épices**

Eau .....	21 g	7,00 %
Sucre de coco.....	45 g	15,00 %
Farine d'amande Sosa 41409.....	90 g	30,00 %
Farine de riz.....	82 g	27,20 %
Mélangé d'épices chai <sup>1</sup> .....	1,8 g	0,60 %
Sel.....	0,6 g	0,20 %
Huile de coco désodorisée Sosa 43295 (à 35 °C) .....	60 g	20,00 %
<b>Total</b>	<b>300,4 g</b>	

Mélanger l'eau et le sucre de coco et laisser hydrater jusqu'à ce que le sucre de coco se dissolde complètement.

Mélanger tous les ingrédients dans un batteur sur socle à faible vitesse avec l'accessoire palette jusqu'à l'obtention d'une texture homogène.

Étaler uniformément sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, en utilisant une grille comme râpe, et cuire à 140 °C pendant environ 20 minutes dans un four ventilé avec la grille ouverte.

Laisser refroidir à température ambiante (20 °C) et hacher grossièrement en morceaux d'environ 1 x 1 cm.

## Pâte à gâteau aux épices

Banane entière (pelée, coupée en tranches).....	240 g	15,00 %
Lait de coco à 22 % de matière grasse (à 35 °C).....	432 g	27,00 %
Huile d'olive .....	96 g	6,00 %
Oligofruct Sosa 41551 .....	312 g	19,50 %
Farine d'amande Sosa 41409 (tamisée).....	280 g	17,50 %
Farine de riz (tamisée).....	176 g	11,00 %
Flaxfiber Sosa 42151 .....	9,6 g	0,60 %
Psyllium Sosa 43300 (tamisé).....	16 g	1,00 %
Baking Powder Sosa 45480 (tamisée).....	24 g	1,50 %
Mélange d'épices chai <sup>1</sup> .....	14,4 g	0,90 %
Sucre de coco.....	qs	
<b>Total</b>	<b>1600 g</b>	

Réduire les bananes en purée à l'aide d'un mixeur plongeant et incorporer le lait de coco et l'huile d'olive. Incorporer l'Oligofruct et travailler vigoureusement avec le mixeur manuel pendant 1 minute.

Incorporer la farine d'amande et travailler avec le mixeur plongeant jusqu'à son incorporation complète.

Étaler uniformément sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, en utilisant une grille comme râpe, et cuire à 140 °C pendant environ 20 minutes dans un four ventilé avec la grille ouverte.

Placer les cercles pour les gâteaux (3 cercles en inox de 15 cm de diamètre et de 4 cm de hauteur) sur un plateau recouvert de papier sulfurisé. Verser 450 g de pâte dans les cercles, répartir 70 g de crumble et cuire à 170 °C pendant environ 35 minutes dans un four ventilé avec la grille ouverte. À la sortie du four, saupoudrer de sucre de coco.

Laisser refroidir et retirer délicatement les cercles et le papier sulfurisé.







## Tableau récapitulatif problèmes et solutions

Problème	Produit recommandé	Solution
Je veux réduire la quantité de matières grasses	<b>INULINE CHAUD</b> 	Remplacer tout ou partie des matières grasses par l'Inuline Chaud
Je veux réduire la sucrosité	<b>OLIGOFRACT OU INULINE FROID</b> 	Remplacer une partie du sucre (Inuline Froid) ou la totalité du sucre (Oligofract)
Je veux améliorer la texture à la décongélation ou résoudre un problème de synérèse	<b>FLAXFIBER</b> 	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	<b>NATUR EMUL ET FLAXFIBER</b> 	Remplacer le jaune d'œuf ou un autre émulsifiant
Je veux remplacer le gluten	<b>PSYLLIUM ET FLAXFIBER</b> 	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 pâtisseries.

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.

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



**Ingredients to  
reimagine gastronomy**

Retrouvez nos produits sur :

**<https://www.valrhona-selection.fr/sosa>**

et au 04 75 09 26 38 ou via nos distributeurs partenaires

---

**@sosaingredients @sosaingredientsfrance**