

KIKI PÂTISSE · CARNET PERSONNEL

Mon petit cahier de pâtisserie

*Les recettes et les gestes qui ne ratent jamais,
écrits par une pâtissière qui a tout appris sur le
tard.*

ANTHONY R.

ÉDITION RÉVISÉE · 2026

Bonjour, vous !

Moi, c'est une ancienne pâtissière du dimanche devenue pro sur le tard. À l'âge où l'on me demandait encore si ce n'était pas un peu tard pour changer de vie.

Non, ce n'est jamais trop tard. Certainement pas pour enfourner des choux ou fouetter des blancs en neige.

Ça fait maintenant plusieurs années que j'ai quitté mon ancien métier pour ouvrir mon atelier. Ce cahier, c'est celui que j'aurais aimé qu'on me glisse dans les mains à mes débuts : pas de blabla, pas de chichis, juste ce qui marche vraiment.

Testé, retesté, parfois raté avant d'être compris. Certaines fiches ont aussi pris quelques coups de jeune cette année, avec de petites astuces plus actuelles glissées ici et là — repérables au liseré cuivre.

On y va, tablier autour de la taille. Et surtout : on s'amuse.

— Anthony R., Kiki Pâtisse

Sommaire

Partie I

Les bases qu'on ne rate plus jamais

- Pâte sablée
- Pâte à choux
- Brioche du dimanche
- Feuilletage maison
- Macarons

Partie II

Mes desserts chouchous de toujours

- Nougat glacé pistache-groseille
- Clafoutis cerises et éclats de nougat
- Tiramisu revisité aux fruits rouges
- Bûche roulée framboise et chocolat blanc

Partie III

Sept recettes ajoutées cette année

- Paris-Brest
- Financiers du goûter
- Crème brûlée
- Tarte Tatin
- Fondant au chocolat
- Cookies moelleux
- Panna cotta

Partie IV

Ce que j'aurais aimé savoir plus tôt

- Onze conseils de pro
- La génoise, fiche bonus
- Les stades de cuisson du sucre

I

Les bases qu'on ne rate plus jamais

Cinq fondamentaux à avoir dans les mains avant de se lancer dans le reste. Une fois qu'on les maîtrise, tout le reste devient accessible.

BASE N°1

Pâte sablée fétiche

Celle que je fais les yeux fermés, pour foncer un cercle à tarte sans stress.

Four à 180°C · repos 1 h au frais

Ingrédients

250 g de farine

100 g de sucre

2 pincées de sel

170 g de beurre mou

2 jaunes d'œufs

- 1 Sabler la farine et le beurre du bout des doigts, ou au robot : mélanger jusqu'à obtenir une texture sableuse.
- 2 Ajouter le sucre, le sel et les jaunes.
- 3 Ramasser la pâte en boule sans la travailler : une pâte qu'on aime, on ne la martyrise pas.
- 4 Filmer et laisser reposer 1 heure au frigo avant de foncer le cercle.

Note d'aujourd'hui

Au robot pâtissier, feuille à vitesse lente, la pâte se sable en 30 secondes sans jamais chauffer sous les doigts.

Pâte à choux

Celle qui fait peur pour rien. Une fois le geste compris, elle ne rate plus.

Four chaud, 200-210°C

Ingédients

125 g d'eau

125 g de lait

125 g de beurre

1 pincée de sel

1 pincée de sucre

125 g de farine

5 œufs

- 1 Porter à ébullition l'eau, le lait, le beurre, le sel et le sucre (sans la farine).
- 2 Retirer du feu, verser la farine en une fois, remuer énergiquement.
- 3 Dessécher la pâte quelques instants sur feu doux, jusqu'à ce qu'elle se détache bien des parois.
- 4 Laisser tiédir une minute, puis incorporer les œufs un par un, en battant fort à chaque fois.
- 5 La pâte est prête quand elle retombe doucement en formant un bec sur la spatule.

Note d'aujourd'hui

N'ouvrez jamais la porte du four avant la fin de la cuisson : l'appel d'air fait retomber les choux d'un coup.

Brioche du dimanche

Celle qui parfume toute la maison, et qui vaut chaque minute de patience qu'on lui accorde.

3 h de pousse au total · four 200°C

Ingédients

500 g de farine

2 sachets de levure
boulangère

75 g de sucre

12 g de sel

6 œufs

350 g de beurre

1 œuf pour dorer

- 1 Pétrir tous les ingrédients sauf le beurre pendant une dizaine de minutes.
- 2 Incorporer le beurre mou, pétrir encore 2 minutes.
- 3 Laisser pousser 1 heure, puis dégazer (tapoter doucement la pâte pour en chasser l'air).
- 4 Laisser pousser 1 heure de plus, façonner, puis laisser une dernière pousse d'1 heure.
- 5 Dorer à l'œuf et enfourner à 200°C.

Note d'aujourd'hui

Au robot avec crochet pétrisseur, on compte les mêmes temps de pousse : c'est le repos qui fait la brioche, pas la force du bras.

Feuilletage maison

La diva du placard, capricieuse mais qui récompense toujours la patience.

6 tours simples · four 180°C

Détrempe

250 g de farine

3 g de sel

125 g d'eau

50 g de beurre fondu

Beurre de tourage

200 g de beurre bien froid

- 1 Préparer la détrempe (la pâte de base, avant l'ajout du beurre), inciser une croix au couteau dessus, laisser reposer 30 minutes au frais.
- 2 Enfermer le beurre de tourage dans la détrempe.
- 3 Donner six tours simples, en tournant la pâte d'un quart de tour à chaque fois, avec 30 à 40 minutes de repos au frigo entre chaque tour, sans tricher sur le temps.
- 4 Cuire à 180°C.

Note d'aujourd'hui

Le feuilletage se congèle très bien : préparez-en une double dose et gardez-en une longueur d'avance. Plus le repos avant cuisson est long, plus il lève joliment.

Macarons

La fierté qui fait peur au début, et qui ne demande en réalité que de la précision.

Croûtage 30 min · four 140°C chaleur tournante

Pâte d'amande

500 g de poudre d'amandes

500 g de sucre glace

200 g de blancs d'œufs

Meringue italienne

450 g de sucre

150 g d'eau

200 g de blancs d'œufs

- 1 Cuire le sirop (sucre et eau) à 108°C.
- 2 Monter les blancs en neige en parallèle, verser le sirop chaud en filet dessus, fouetter encore 20 secondes.
- 3 Mélanger délicatement à la pâte d'amande, à la corne, jusqu'à obtenir un ruban brillant qui retombe en formant un huit.
- 4 Dresser les coques, laisser croûter 30 minutes : la surface doit être sèche au toucher.
- 5 Cuire à 140°C, chaleur tournante.

Note d'aujourd'hui

Une balance de précision et un thermomètre de four à quelques euros valent tous les tours de main : le macaron récompense la rigueur bien plus que le talent.

II

Mes desserts chouchous de toujours

Les recettes qui reviennent à chaque repas de
famille, testées et retestées depuis des années.

Nougat glacé, pistache et groseille

Un dessert d'été qui claque à tous les repas de famille, et qui se prépare entièrement à l'avance.

Congélateur, 4 h en verrines à 10 h en moule

Ingédients

Fruits secs (pistaches, amandes...) caramélisés à sec

Miel

Blancs d'œufs (meringue italienne)

Crème liquide entière (chantilly bien ferme)

Groseilles

- 1 Caraméliser les fruits secs à sec, dans une poêle sans matière grasse.
- 2 Monter une meringue italienne avec le miel chaud.
- 3 Monter une chantilly bien ferme.
- 4 Marier délicatement les trois éléments à la maryse (spatule souple).
- 5 Couler en verrines (4 heures de congélation) ou en moule (jusqu'à 10 heures).

Clafoutis, cerises et éclats de nougat

Un classique twisté avec des éclats du nougat maison, pour une surface dorée et un cœur fondant.

25 minutes à 210°C

Ingédients

Lait infusé à la vanille

Œufs, sucre, farine

Beurre fondu

Cerises

Éclats de nougat

- 1 Infuser le lait à la vanille.
- 2 Fouetter œufs, sucre, farine et beurre fondu pour obtenir un appareil classique.
- 3 Répartir les cerises et les éclats de nougat au fond du moule, verser l'appareil.
- 4 Cuire 25 minutes à 210°C : la surface dore, le cœur reste fondant.

Tiramisu revisité aux fruits rouges

La version qui remplace le café par un sirop à la cannelle et à la framboise.

Repos 4 h minimum au frais

Ingédients

Biscuits à la cuillère

Sirop cannelle et liqueur de framboise

Mascarpone

Blancs d'œufs montés

Fruits rouges

- 1 Préparer un sirop à la cannelle parfumé d'un trait de liqueur de framboise, pour imbiber les biscuits.
- 2 Alléger le mascarpone avec les blancs montés en neige.
- 3 Monter en couches nettes : biscuits imbibés, crème, fruits rouges.
- 4 Réserver au moins 4 heures au frais : c'est le repos qui fait toute la différence entre un bon et un excellent tiramisu.

Note d'aujourd'hui

Pour un tiramisu sans œuf cru, montez la crème avec des blancs pasteurisés (en brique) : même tenue, zéro question à se poser.

Bûche roulée, framboise et chocolat blanc

Celle qui a fait ma réputation au marché de Noël.

À rouler chaude

Ingédients

1 génoise (fiche p. suivantes)

Crème mascarpone-framboise

Ganache chocolat blanc

Dragées roses

- 1 Rouler la génoise encore chaude dans un torchon humide : le geste qui évite qu'elle craque.
- 2 Une fois refroidie, dérouler, garnir de crème mascarpone-framboise, rouler à nouveau.
- 3 Napper d'une ganache au chocolat blanc.
- 4 Décorer de quelques dragées roses.

III

Sept recettes ajoutées cette année

Une sélection plus récente, pour élargir le répertoire
sans perdre l'esprit du carnet.

PARTIE III — SEPT NOUVELLES RECETTES

Paris-Brest

Ma couronne préférée du dimanche : pâte à choux, praliné, et un geste qui s'apprend une fois pour toutes.

30 minutes à 200°C

Pâte à choux

250 g d'eau

100 g de beurre

5 g de sel

150 g de farine

≈ 250 g d'œufs entiers (5)

Amandes effilées

Crème mousseline pralinée

Crème pâtissière (jaunes, sucre, maïzena, lait)

Praliné

Beurre pommade

- 1 Porter à ébullition l'eau, le beurre et le sel, verser la farine d'un coup, dessécher sur le feu.
- 2 Incorporer les œufs un par un, hors du feu.
- 3 Dresser deux cercles de pâte collés l'un à l'autre en forme de couronne, parsemer d'amandes effilées.
- 4 Cuire 30 minutes à 200°C, en entrouvrant légèrement la porte du four en fin de cuisson pour que la couronne ne retombe pas.
- 5 Préparer une crème pâtissière classique, la parfumer au praliné tiède.
- 6 Incorporer le beurre pommade (mou, à température ambiante) petit à petit au fouet électrique, jusqu'à obtenir une crème aérienne.
- 7 Couper la couronne en deux, pocher la crème en rosaces à la douille cannelée, refermer, saupoudrer de sucre glace.

Note d'aujourd'hui

Un praliné du commerce, en pot, fait très bien l'affaire les premières fois : gardez la version maison pour quand le geste de la crème sera acquis.

Financiers du goûter

Pour ne rien gâcher : le secret tient dans le beurre noisette.

12-15 minutes à 200°C

Ingédients

90 g de beurre

160 g de sucre glace

65 g de farine

60 g de poudre d'amandes

2 g de levure chimique

1 pincée de sel

165 g de blancs d'œufs (≈ 4)

- 1 Préparer un beurre noisette : faire fondre le beurre puis le laisser colorer légèrement à la poêle, jusqu'à ce qu'il sente la noisette grillée.
- 2 Mélanger les poudres, ajouter les blancs non montés, puis le beurre noisette encore chaud.
- 3 Verser dans des moules à financiers beurrés.
- 4 Cuire 12 à 15 minutes à 200°C : dorés dessus, moelleux dedans.

Crème brûlée

La version maison du classique de bistrot, avec un contraste chaud-froid qui ne pardonne pas l'à-peu-près.

Bain-marie au four, puis 2 h au frais minimum

Ingédients

Œufs

Sucre

Crème liquide

Vanille

- 1 Mélanger œufs, sucre, crème liquide et vanille.
- 2 Cuire doucement au four, au bain-marie, jusqu'à ce que la crème tremble encore légèrement au centre.
- 3 Réserver au moins 2 heures au réfrigérateur avant de caraméliser.
- 4 Caraméliser au chalumeau juste avant de servir.

Note d'aujourd'hui

Une crème tiède ne se brûle jamais bien : elle doit être franchement froide.
Pas de chalumeau ? Le gril du four à pleine puissance dépanne, en surveillant de très près.

Tarte Tatin

Le caramel ne pardonne rien : c'est lui qui décide de la réussite, bien avant les pommes.

35-40 minutes à 180°C

Ingédients

260 g de sucre

60 g de beurre

Pommes

Pâte brisée ou feuilletée

- 1 Faire fondre le sucre à sec dans une poêle, sans y toucher au début, jusqu'à une belle couleur ambrée.
- 2 Décuire hors du feu avec un peu d'eau pour stopper la cuisson (attention aux projections).
- 3 Ajouter le beurre en morceaux en remuant, verser dans le moule.
- 4 Disposer les pommes en quartiers, recouvrir de pâte en la rentrant bien sur les bords.
- 5 Cuire 35 à 40 minutes à 180°C.
- 6 Démouler chaud, d'un geste franc et sans hésiter : c'est là que tout se joue.

Note d'aujourd'hui

Une pâte feuilletée pur beurre du commerce, bien froide, fait parfaitement l'affaire un soir de semaine : gardez le feuilletage maison pour les grandes occasions.

Fondant au chocolat

Celui qui coule pile comme il faut, à condition de ne pas quitter le four des yeux.

7-9 minutes à 210-220°C

Ingédients

100 g de chocolat noir

75 g de beurre

3 œufs

30 g de sucre

10 g de farine

- 1 Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie.
- 2 Fouetter les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- 3 Réunir les deux préparations, ajouter la farine sans trop travailler la pâte.
- 4 Verser dans des moules beurrés et farinés.
- 5 Cuire 7 à 9 minutes selon le four : chaque minute compte, mieux vaut rester devant le four la première fois.
- 6 Démouler et servir immédiatement, à la cuillère.

Cookies moelleux

Ceux qui restent tendres même le lendemain, à condition de ne pas presser la pâte.

Repos 1 h minimum · 10-12 min à 180°C

Ingrédients

230 g de beurre très mou

110 g de vergeoise

50 g de sucre blanc

2 œufs

375 g de farine

1 pincée de sel

1 pincée de bicarbonate

Pépites de chocolat

- 1 Crémér le beurre et les sucres au batteur.
- 2 Ajouter les œufs, puis la farine et le bicarbonate sans trop mélanger.
- 3 Incorporer une bonne quantité de pépites de chocolat, façonner des boules généreuses.
- 4 Laisser reposer la pâte au moins 1 heure au frigo : c'est ce repos qui donne des cookies épais et moelleux au centre.
- 5 Cuire 10 à 12 minutes à 180°C : ils doivent rester pâles au centre en sortant du four.

Note d'aujourd'hui

Les boules de pâte se congèlent très bien, prêtes à enfourner directement (2 minutes de cuisson en plus) : un cookie chaud en dix minutes, sans rien préparer à l'avance.

Panna cotta

Un dessert d'une simplicité folle, qui rassure toujours.

4 h minimum au frais

Ingédients

500 g de crème liquide
entière

80 g de sucre

1 gousse de vanille

2 feuilles de gélatine

Coulis de fruits rouges

- 1 Faire tremper la gélatine dans l'eau froide.
- 2 Chauffer la crème avec le sucre et la vanille, sans faire bouillir.
- 3 Hors du feu, essorer la gélatine et l'incorporer en mélangeant jusqu'à dissolution complète.
- 4 Couler en verrines, réserver au moins 4 heures au réfrigérateur.
- 5 Servir avec un coulis de fruits rouges.

Note d'aujourd'hui

Pour une version sans gélatine animale, l'agar-agar fonctionne aussi : comptez environ 2 g pour 500 g de liquide, porté à ébullition une minute avant de couler.

IV

Ce que j'aurais aimé savoir plus tôt

Les vrais conseils de pro : les gestes techniques qui
changent tout, expliqués simplement.

Onze gestes de métier, glanés recette après recette. Ce sont eux qui séparent une pâtisserie qui rate d'une pâtisserie qui réussit, bien avant le tour de main ou le talent.

01 Peser au gramme près, toujours

En cuisine, on improvise. En pâtisserie, jamais : les proportions entre farine, sucre, matière grasse et liquide obéissent à un équilibre précis. Une balance de précision n'est pas un caprice, c'est le socle de tout le reste.

02 La bonne température du beurre

Pour une pâte homogène, le beurre doit être pommade (mou, à température ambiante), autour de 18-20°C. Trop froid, il laisse des grains. Trop mou, la pâte devient grasse. Je le sors toujours une heure avant de commencer.

03 Chemiser un moule comme il faut

Beurrer, puis tapisser de papier cuisson ou saupoudrer de farine. Ça évite tout drame au démoulage, surtout pour une génoise ou un entremets fragile.

04 Cuire un fond de tarte à blanc sans qu'il gonfle

Piquer le fond à la fourchette, recouvrir de papier cuisson chiffonné rempli de billes de cuisson (des haricots secs marchent tout aussi bien). Cuire 15 minutes avant de retirer billes et papier pour finir la coloration. Cette étape évite une pâte détrempée sous une garniture juteuse.

05 Puncher un biscuit ou une génoise

Préparer un sirop léger (eau, sucre, éventuellement un peu d'alcool ou d'arôme) et l'appliquer au pinceau sur le biscuit avant montage. Ça hydrate, ça parfume, et surtout ça évite un gâteau sec — l'ennemi numéro un du bon entremets.

06 Tabler le chocolat pour un résultat brillant

Faire fondre le chocolat, le refroidir en le travaillant sur un plan froid (ou en ajoutant du chocolat non fondu), puis le réchauffer légèrement avant utilisation. Cette gymnastique de température donne un chocolat brillant, cassant, qui ne blanchit pas en refroidissant.

Note d'aujourd'hui

Des pistoles de chocolat de couverture déjà pré-cristallisées (type Mycryo) simplifient beaucoup le tablage pour une première fois, en évitant le va-et-vient de température sur le plan de travail.

07 Réussir une ganache sans qu'elle tranche

Chauffer la crème à 80-85°C, sans jamais la faire bouillir. La verser en une fois sur le chocolat haché, laisser reposer une minute sans y toucher pour laisser le chocolat fondre. Émulsionner en partant du centre, par petits cercles serrés, en élargissant le geste progressivement. Incorporer le beurre en petits morceaux à la toute fin, hors du feu, pour la brillance. Si elle tranche malgré tout, un coup de mixeur plongeant bien immergé (sans jamais remonter à la surface, pour ne pas incorporer d'air) rattrape presque toujours le coup.

08 Les stades de cuisson du sucre

C'est la compétence qui débloque énormément de recettes. Sans thermomètre, le test à l'eau froide fonctionne très bien une fois qu'on a l'habitude : on prélève un peu de sirop entre les doigts trempés dans l'eau glacée, pour sentir sa consistance.

Stade	Température	Utilisation
Nappé	100-105°C	Confitures, crèmes de base
Petit filé	110-115°C	Crèmes au beurre
Petit boulé	115-120°C	Meringues italiennes, macarons
Grand boulé	121-125°C	Fondants, caramels mous
Petit cassé	135-145°C	Nougat, pâte d'amande
Grand cassé	+150°C	Décors en sucre tiré

09 Stopper une caramélisation au bon moment

Le sucre à sec colore d'abord sur les bords de la casserole : on incline la casserole pour répartir la chaleur, sans jamais toucher le sucre avec un ustensile, sous peine de cristallisation. Dès la couleur voulue atteinte, on stoppe hors du feu en ajoutant un liquide chaud (eau, crème ou beurre), ou en plongeant le fond de la casserole dans un bain-marie froid. Un caramel trop poussé devient amer en quelques secondes : on ne le quitte jamais des yeux.

10 Ce qu'il faut savoir sur la crème avant de la monter

Une vraie crème contient au minimum 30% de matière grasse. Pour une chantilly qui tient, on choisit une crème fleurette (liquide) bien froide, avec un saladier et un fouet passés au congélateur quelques minutes avant. Une crème tiède ou allégée à moins de 30% ne montera jamais aussi bien : c'est une question de physique, pas de chance.

11 Ne jamais trop travailler une pâte ou des blancs

Arrêter dès que la texture est là. Trop travaillée, une pâte devient élastique ; trop battus, des blancs retombent. C'est vrai pour presque toutes les recettes de ce carnet.

FICHE BONUS

La génoise

La fiche que je redonne à tous mes élèves depuis mes débuts. Une fois maîtrisée, un monde de desserts s'ouvre : fraisiers, forêts noires, moka, bûches.

20-30 minutes à 180°C

Ingédients

200 g d'œufs entiers

125 g de farine

125 g de sucre

- 1 Fouetter les œufs et le sucre au bain-marie, sans jamais dépasser 48°C : au-delà, les protéines de l'œuf commencent à cuire et la mousse ne monte plus bien.
- 2 Continuer de fouetter hors du bain-marie jusqu'à complet refroidissement et jusqu'au ruban (le mélange forme un ruban qui reste visible en retombant).
- 3 Ajouter la farine tamisée en pluie, en mélangeant délicatement à la spatule pour ne pas casser l'air qu'on vient de faire entrer.
- 4 Garnir le moule aux trois quarts.
- 5 Cuire 20 à 30 minutes autour de 180°C.

Note d'aujourd'hui

Un robot avec fouet et bol chauffant remplace très bien le bain-marie manuel, en surveillant la température de la même façon.

Ce que je voudrais que vous reteniez avant tout

- Ne travaillez jamais trop une pâte ni des blancs en neige : arrêtez dès que la texture est là, sinon tout devient élastique ou retombe.
- Respectez les temps de repos au frais. C'est ennuyeux d'attendre, mais c'est ce qui rend une pâte facile à travailler et régulière à la cuisson.
- Pour toute préparation à base d'œufs battus au bain-marie (génoise, sabayon...), ne dépassez jamais 48°C.
- Un caramel ou un chocolat qui a besoin d'être froid pour réussir (crème brûlée, chantilly, tablage) doit être vraiment froid, pas juste tiède.

Et surtout : ratez, recommencez, riez de vos loupés. C'est comme ça que j'ai appris, et que je continue d'apprendre encore aujourd'hui. La pâtisserie, ce n'est pas un examen, c'est un plaisir qu'on se donne.

Alors on enfile son tablier, et on y retourne !