



Profiteroles à l'avocat, coulis de poivrons

28/08/2019 à 10h07

Par [Laurence Benedetti](#)

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

Choux

- 50g de comté râpé
- 60g de beurre doux
- 120g de farine
- 3 œufs

Glace

- sel, poivre
- 500 mg d'acide ascorbique (vit.C)
- 1 bonne pincée de piment d'Espelette
- 1/2 bouquet de coriandre fraîche, hachée
- 2 yaourts brassés nature
- 1/2 jus de citron vert et le zeste du citron
- 4 petits avocats bien mûrs (350g de chair)

Coulis

- 1 bouquet de thym, sel, poivre, piment d'Espelette
- 2 c à s de crème fraîche épaisse
- 2 carottes
- 2 poivrons rouges

La glace à l'avocat

- Mettez tous les ingrédients dans le bol du mixer et mixez jusqu'à l'obtention d'une crème.
- Assaisonnez, mettez au frais une bonne demi-heure.
- Sortez le bol de la sorbetière du congélateur, fixez les pâles et le couvercle, mettez en route.
- A partir de là, versez la préparation dans la sorbetière et laissez tourner pendant 20 minutes environ. Réservez au congélateur.

Coulis

- Coupez les poivrons en deux; enlevez les graines et les filets blancs et les couper en cubes ou lanières. Pelez les carottes et les couper en rondelles.
- Mettez les légumes dans une casserole, ajoutez un demi-verre d'eau. Salez, poivrez et ajoutez une pincée de piment d'Espelette et le thym. Couvrez et laissez mijoter à feu doux 20 minutes environ, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- Atez le thym. Mettez l'ensemble dans le bol du mixer, ajoutez la crème et mixez. Passez la purée obtenue au chinois, afin de la rendre veloutée en enlevant les petits morceaux de peau de poivron.

Les choux

- Dans une casserole, faites chauffer l'eau et le beurre jusqu'à ébullition, avec le sel (pas trop) et le poivre. Eteignez le feu.
- Ajoutez, hors du feu, la farine en une seule fois et bien mélanger jusqu'à ne plus avoir de grumeaux.
- Ajoutez ensuite un à un les œufs, en incorporant bien un œuf avant de casser le suivant. Ajoutez enfin le fromage.
- Préchauffez le four à 220 °C. Faites des petits tas avec une petite cuillère de pâte. Les poser au fur et à mesure sur une plaque recouverte de papier sulfurisé ou d'une feuille de silicone.
- Espacez suffisamment, car les choux vont gonfler à la cuisson. Mettez au four pour 20 à 25 minutes.

Assemblage

- Ouvrez les choux à l'aide d'un couteau, glissez une bonne cuillère de glace dedans.
- Disposez les choux (2 ou 3) sur chaque assiette. Versez un peu de coulis chaud délicatement coulé dessus.
- Servez immédiatement.