

Recette : le pudding de bananes

Recette de poche du 13 janvier 2022

[Générique : Recette de poche. T'apprends, tu goutes et tu régales tout le monde. Recette de poche.]

Clémence Denavit : Bonjour Harouna.

Harouna Sow : Bonjour Clémence !

Clémence Denavit : Aujourd'hui une recette de pudding. Alors là on voyage.

Harouna Sow : Oui, pudding. C'est un chef qui vient de l'autre côté de l'Atlantique, aux États-Unis, chef Andrew, qui m'a formé, qui m'a fait découvrir le pudding. Je lui ai dit qu'il existait une recette semblable au pudding. C'était le *mbouraké* [Ndlr : *mot wolof*], sauf que dans cette recette il n'y a pas d'œuf, on ne le cuit pas. Il m'a dit « pourquoi ? », j'ai dit tout simplement qu'on n'avait pas assez de fours pour faire ça.

Clémence Denavit : D'ailleurs ce *mbouraké*, on en a déjà parlé, donc si vous voulez écouter, ça vous fait deux recettes comme ça avec, donc, comme ingrédient principal, ce pain rassis ou ces viennoiseries.

De quels autres ingrédients va-t-on avoir besoin ?

Harouna Sow : Alors pour la recette, on a besoin d'environ 300 grammes de pain rassis ou du vieux pain, ça fonctionne. On aura besoin de 4 œufs, 15 grammes de beurre, et 50 centilitres de lait [NDLR : *il se trompe et annonce 500 centilitres*], 2 bananes, 70 grammes de sucre et 20 grammes de coco, ça c'est ma touche personnelle, et deux cuillères de gingembre, pour retrouver ce côté un peu poivré, chaud. Et 1 pincée de sel.

Clémence Denavit : On aime votre touche personnelle. Donc voilà, nous y sommes avec nos ingrédients. Par quoi on commence ? Comment on fait ?

Harouna Sow : Alors on commence d'abord à infuser le lait. On le chauffe pendant deux minutes. Dès que ça bout, vous arrêtez le feu, vous mettez le gingembre, vous le filmez là ça va infuser tout doucement.

Et vous commencez à blanchir les œufs. Blanchir les œufs, c'est mélanger le sucre et l'œuf, de battre : ça va les blanchir. Et dès que votre lait est froid, vous mélangez les œufs. Vous obtenez un appareil, une « crème prise », comme on dit en cuisine.

Et là vous prenez un moule, vous le beurrez de tous les côtés, vous coupez le pain rassis et le pain que vous mettez dans le moule.

Clémence Denavit : Donc ça, ça fait la couche du bas en fait.

Harouna Sow : Oui, ça fait la couche du bas et les bananes, vous les coupez en deux. Vous les mettez dedans. Et vous commencez à verser l'appareil dans le moule. Vous patientez jusqu'à 8 minutes, ça va l'absorber. Et là vous rajoutez le reste de l'appareil. Vous mettez dans le four préalablement chauffé à 200 degrés (°C). Vous enfournez pendant 10 minutes et vous arrêtez le four, vous saupoudrez de coco. Et vous remettez à 170 pendant 15 minutes.

Clémence Denavit : D'accord, donc en deux temps cette cuisson : d'abord un four un peu chaud, à 200 degrés puis 170, un peu plus faible mais un peu plus longtemps.