

Galette des rois maison frangipane ~ pâte feuilletée vegan, sans gluten et facile

La recette



Galette des rois maison frangipane ~ pâte feuilletée vegan sans gluten

Les ingrédients pour réaliser 1 galette pour 6 personnes

“Beurre” de tourage – 215 g

- 120 g d’huile de coco désodorisée (en magasin bio)
- 40 g de lait de soja – ou, à défaut, de lait d’amande
- 60 g de purée d’amande complète

Pâte feuilletée végétale classique – 2 disques de 24 cm

- 200 g de farine de blé T65
- 90 g d’eau froide
- 1/4 c. à café de sel
- 1 c. à café de vinaigre de cidre ou de jus de citron jaune
- Le “beurre” de tourage précédemment réalisé

Pâte feuilletée vegan sans gluten

- 80 g de fécule de maïs
- 75 g de farine de riz blanc
- 60 g de farine de pois chiche
- 1 c. à café de bicarbonate alimentaire
- 1 c. à café de gomme de guar
- 1 c. à café de ‘mix gom’ (en magasin bio) – ou de gomme d’acacia ou de xanthane
- 100 g d’eau froide
- 1/4 c. à café de sel
- 1 c. à café de vinaigre de cidre ou de jus de citron

jaune

- Le “beurre” de tourage précédemment réalisé

Crème à l’amande, avec ou sans sucre

- 200 g de lait de soja vanille – ou, à défaut, de lait d’amande
- 1/2 c. à café d’agar-agar
- 20 g de féculé de maïs
- 0 à 80 g de sucre blond
- 25 g d’huile de coco désodorisée (en magasin bio)
- 80 g de poudre d’amande
- 1 c. à café d’extrait d’amande amère

Finition

- 1 fève
- Un peu de gelée de coing ou de pommes, ou bien de confiture d’abricots lisse, et d’eau – ou, à défaut, un peu de lait de soja.

Le déroulement de la recette :

1. Réaliser le “beurre” de tourage :

- Faire fondre l’huile de coco au bain-marie.
- La verser dans un blender et ajouter le lait de soja ainsi que la purée d’amande.
- Mixer de sorte à émulsionner la préparation.
- Verser dans un récipient en verre – rectangulaire idéalement (‘j’utilise une boîte de conservation 21×15 cm). Pour plus de facilité pour la suite, je vous recommande de filmer le récipient puis de verser la préparation dessus. Le démoulage sera

alors très facile.

- Placer 1h au réfrigérateur.

2. Réaliser la pâte (vous verrez parfois le terme "détrempe" circuler sur les recettes) :

- Quelle que soit l'option choisie, avec ou sans gluten, la méthode est la même : verser les ingrédients secs dans la cuve de votre robot, hormis le sel. Mélanger l'eau, le sel et le vinaigre dans un bol. Verser sur la préparation sèche. Ajouter 50 g de "beurre" de tourage.
- Utiliser la feuille, également appelée batteur plat, pour mélanger la préparation jusqu'à obtenir une boule. Bien sûr, il est possible de réaliser tout ceci à la main.
- Placer la boule de pâte au centre d'un rectangle de film alimentaire et placer 30 minutes au réfrigérateur. Le film alimentaire permet à la pâte de ne pas sécher. Nous nous servons de cette dernière durant toute la réalisation de notre pâte.

3. 1, 2, 3... tourez ! Passons à l'étape qui fait fuir les personnes les moins motivées. Pour ma part, il s'agit de celle que je préfère.

- Fariner votre plan de travail et abaisser la boule de pâte au rouleau. Avec l'aide de votre rouleau à pâtisserie, former un rectangle régulier de pâte.
- Déposer ce qui reste de "beurre" de tourage, soit 165 g, au centre de votre rectangle de pâte.
- Refermer les quatre bords de votre pâte au centre, afin d'envelopper le "beurre".
- Avec votre rouleau, former à nouveau un rectangle.
- Replier le rectangle de pâte en trois, en commençant par la droite. Filmer et placer 30 minutes au réfrigérateur.
- Déballer la pâte, fariner votre plan de travail et la déposer au centre, en veillant à faire pivoter la pâte d'un quart de tour vers la gauche. Avec

votre rouleau, former un rectangle puis plier en trois, côté droit en premier. Filmer et placer 30 minutes au réfrigérateur.

- Répéter cette dernière opération encore deux fois. Il est possible alors de congeler la pâte ou bien de réaliser de suite votre galette des rois.

4. Réaliser la crème à l'amande :

- Verser le lait de soja dans une casserole et ajouter l'agar-agar, la fécule, ainsi que le sucre si vous le souhaitez. Je vous recommande 60 g.
- Faire chauffer la préparation à feu moyen en fouettant continuellement au fouet. Cette dernière va s'épaissir un peu avant que le lait ne frémisses.
- Hors du feu, incorporer l'huile de coco désodorisée, la poudre d'amande ainsi que l'extrait d'amande amère. Bien mélanger.
- Verser la préparation dans un bol et laisser refroidir au moins 1h, à température ambiante ou au réfrigérateur (dans ce cas, mieux vaut filmer la crème au contact).
- Bien fouetter la crème avant de l'utiliser.

5. Façonner la galette des rois :

- Diviser votre pâton de pâte en deux morceaux de poids égal : soit 2 x 265 g pour la version à la farine de blé et 2 x 275 g pour la version sans gluten.
- Avec votre rouleau, former deux disques de pâte de 24 cm de diamètre. Vous aider d'un cercle à pâtisserie pour obtenir un résultat propre.
- Garnir un premier disque de crème à l'amande en vous aidant, idéalement, d'une poche à douille. N'oubliez pas de placer votre fève.
- Déposer le second disque de pâte sur la galette. Souder les bords en appuyant tout autour puis les replier vers l'intérieur pour bien enfermer la crème. Appuyer de nouveau avec les doigts sur les

bords, puis les *chiqueter* (c'est le terme employé) en les entaillant avec la pointe d'un couteau. Personnellement, j'utilise une fourchette.

- Mélanger la gelée ou la confiture avec un peu d'eau et badigeonner le dessus et les bords de la galette. On peut aussi utiliser du lait de soja pour dorer la galette.
- Placer au réfrigérateur le temps de préchauffer votre four à 180° (th.6). Il est également possible de congeler la galette à cette étape du parcours.
- Dessiner des motifs sur la galette avec une lame de couteau, sans percer la pâte. Dorer une seconde fois.
- Enfourner 30 à 35 minutes pour la galette sans gluten – 35 à 40 minutes pour la galette à la farine de blé.
- Laisser tiédir avant de déguster.
- S'il vous reste de la galette, il est possible de la conserver dans une boîte hermétique 2 à 3 jours. Je vous recommande de passer chaque part 3 minutes au four avant dégustation afin de lui redonner son moelleux. Il est également possible de congeler votre galette.

Retrouvez également sur mon blog d'autres recettes de galettes et de garnitures :

- [Galette des rois toute simple avec une pâte du commerce](#)
- [Galette des rois à la poire et au chocolat](#)
- [Galette frangipane aux noisettes et crème de marrons](#)
- [3 galettes frangipane végétales : au cacao cru et à l'érable; à la noix de coco et à la poire; au pralin et à l'amande amère](#)
- [Galette aux pommes sans gluten](#)

Le tutoriel en images



Le "beurre" de tourage



Les ingrédients de la galette sans gluten dans la cuve



Après le mélange des ingrédients de la pâte...



... il est possible de former une boule de pâte (sans gluten) !



On abaisse la boule de pâte sur le plan de travail fariné (farine de riz)...



... en un beau rectangle !



On place le restant de "beurre" au centre...



... et on referme.



On forme un nouveau rectangle.



Et on plie en trois !



Version à la farine de blé...



... beaucoup plus facile à manipuler.



On forme un beau rectangle.



On replie et on filme.



Après un passage au frais, on forme un nouveau rectangle, et ainsi de suite.



La crème est prête.



On sort son pâton du réfrigérateur.



On le divise en deux morceaux égaux.



On forme deux disques au rouleau.



On garnit de crème, on place sa fève (j'en place souvent deux !).



On dore à la gelée de coing (merci beau-papa !)...

La petite vidéo express pour vous aider dans la réalisation de votre galette :

[themoneytizer id=13364-16]