Meringues maison

QUANTITÉ	PRÉPARATION	CUISSON
Environ 40 meringues	**10 min**	**120 min**

Les ingrédients

- 300 g de blancs d’œufs
- 500 g de sucre en poudre

La préparation

1. **Préparer le four et la plaque.** Préchauffer le four à 120 °C. Recouvrir une plaque de papier cuisson ou d’un tapis de cuisson.
2. **Commencer à monter les blancs.** Verser les 300 g de blancs d’œufs dans la cuve propre et sèche du batteur. Fouetter à vitesse maximale, jusqu’à ce qu’ils commencent à mousser.
3. **Incorporer le sucre.** Sans arrêter le batteur, ajouter progressivement les 500 g de sucre en trois ou quatre fois.
4. **Vérifier la texture.** Continuer de fouetter jusqu’à obtenir une meringue ferme, lisse et brillante. Lorsqu’on soulève le fouet, elle forme un bec qui se tient : la préparation est prête.
5. **Installer la poche à pâtisserie.** Placer une douille au fond d’une poche à pâtisserie. Pour la maintenir ouverte, glisser la poche dans un verre doseur ou un récipient assez haut, en rabattant son bord vers l’extérieur.
6. **Remplir la poche.** À l’aide d’une spatule, transférer la meringue dans la poche. Ramener les bords vers le haut, puis tourner légèrement la poche pour pouvoir la tenir facilement.
7. **Pocher les meringues.** Sur la plaque préparée, pocher des petits dômes, des anneaux ou les formes de votre choix. Laisser un peu d’espace entre les pièces.
8. **Cuire doucement.** Enfourner à 120 °C pour environ 2 heures. Selon votre four, la température peut aller jusqu’à 125 °C. La taille et l’épaisseur des meringues influencent leur séchage.
9. **Laisser refroidir progressivement.** En fin de cuisson, éteindre le four, entrouvrir sa porte et laisser les meringues refroidir doucement. Cela aide à limiter les fissures et les craquelures.

> ### L’astuce de Mégane
>
> Pour limiter les fissures, éteignez le four en fin de cuisson, entrouvrez la porte et laissez les meringues refroidir progressivement. Guillaume, lui, les préfère encore légèrement moelleuses au cœur : pour ce résultat, réduisez un peu le temps de cuisson et adaptez-le à leur taille.

Conservation

Une fois les meringues complètement refroidies, rangez-les dans une boîte hermétique et conservez-les dans un endroit sec, à température ambiante. Évitez le réfrigérateur : l’humidité les ramollit. La durée de conservation dépend des conditions de stockage.
