

# LEMON CURD OU CONFITURE CRÉMEUSE AU CITRON

PHOTOS © SHUTTERSTOCK.COM

*Le Lemon curd est une confiture protéinée, que l'on peut même réaliser au miel, ce qui en fait un délice pendant les cures Retour au calme ou en Nouvelle flore. Il se déguste à la cuillère ou sur une biscotte; en cures: sur des madeleines sans farine, réalisées à la poudre d'amandes. Il sera aussi la base d'une tartelette au citron improvisée : dans un four préchauffé à 180°C, cuisez à blanc une pâte brisée ou sablée pendant que vous confectionnez un Lemon Curd. En fin de cuisson du fond de tarte, versez le Lemon Curd. Et voilà ! Ici, on ne blanchit pas les zestes en trois fois, comme dans les recettes classiques. On ne les confit pas non plus, pour compenser leur saveur amère. Restons simples, puisque nous sommes entre novices. D'autant plus que l'on sait, diététique chinoise oblige, que les saveurs amères sont des remèdes.*

- 2 œufs entiers (de poules qui courent et qui picorent, heureuses)
- 4 citrons bio
- 150 g. de sucre complet bio (ou de miel bio)
- 70 g de beurre fermier bio

⌚ 10 minutes, dont 2 minutes de cuisson  
⌛ le temps de refroidissement

- 1. T-10'. Zester.** Zester finement 2 citrons (voir page suivante).
- 2. T-7'. Jus.** Presser le jus des 4 citrons.
- 3. T-5'. Cuisson.** Dans un poêlon, faites fondre le beurre coupé en dés, à feu moyen. Ajoutez les œufs battus, le sucre, le jus et les zestes de citron. Laissez cuire en tournant continûment (environ 2 minutes) jusqu'à ce que la crème soit prise.

*Retirez la cuiller en bois du mélange, tenez-la horizontalement et tirez un trait du bout du doigt : s'il reste marqué, la crème est prise.*

Les œufs étant cuits, le *Lemon curd* se conserve longtemps au réfrigérateur.

Si, lors d'une première réalisation, vous obtenez des grumeaux d'œufs plutôt qu'une crème onctueuse, passez le tout au petit blender ou au mixeur à soupe. Les grumeaux disparaîtront.



## Blanchir les zestes de citron

En cuisine pâtissière classique, on blanchit les citrons pour en ôter l'amertume et pour les assouplir. Pour un débutant, c'est facultatif, surtout s'il a peu de temps en cuisine comme les Jules Pressés que je chéris.

La procédure : les jeter dans de l'eau bouillante, laisser une minute. Les refroidir et recommencer dans une nouvelle eau. Dans quelques recettes, je biaise en les ciselant très finement, pour qu'on n'en sente pas la dureté sous la dent. Facile avec nos robots modernes...

## Zester des agrumes

Il est essentiel de retenir ceci: le zestes sont la partie extérieure de l'agrumes, sans la peau blanche intérieure, trop amère. On zeste :



à l'aide d'un zesteur dédié



ou à l'aide d'un économe (deux variantes)



ou encore en grattant la peau du fruit sur une râpe manuelle