



## Meringue pour les nuls

(de Marmiton.org)



TEMPS TOTAL : 1H05  
Préparation : 5 min  
Cuisson : de 30 min à 1h

### Ingrédients

Pour 20 pièces



4 blancs d'oeuf



250 g de sucre semoule

### Ustensiles

-  1 batteur électrique

-  1 robot

-  1 cuillère en bois

-  1 fouet

-  1 four

-  1 papier sulfurisé

-  1 grille

## Etape de réalisation

### **1. Etape 1**

Quelques trucs pour bien réussir ces meringues : sortir les [oeufs](#) du réfrigérateur un quart d'heure avant de les utiliser.

### **2. Etape 2**

Ne surtout pas mélanger de jaunes aux blancs d'oeuf.

### **3. Etape 3**

Ajouter une pincée de [sel](#) avant de battre les blancs en neige.

### **4. Etape 4**

Utiliser un récipient plus haut que large et utiliser un batteur électrique (bien plus rapide et moins fatiguant)! On peut commencer :

### **5. Etape 5**

Battre les blancs d'oeuf en neige ferme.

### **6. Etape 6**

Ajouter le [sucre](#) par petites quantités tout en continuant de battre.

### **7. Etape 7**

Préchauffer le four à 120°C (thermostat 4).

### **8. Etape 8**

Déposer immédiatement de petits tas de [meringue](#) sur une plaque de four préalablement recouverte de papier sulfurisé.

### **9. Etape 9**

Cuire entre 30 minutes et 1 heure à 120°C.

### **10. Etape 10**

Au bout de 30 minutes, on obtient des meringues blanches et moelleuses.

### **11. Etape 11**

Au bout d'1 heure, on obtient des meringues rosées, craquantes et fondantes avec un coeur moelleux.

### **12. Etape 12**

Une fois cuites, décoller les meringues délicatement dès la sortie du four et laisser refroidir sur une grille.

### **Note de l'auteur**

Cette recette est un miracle ! Je ne réussissais jamais les meringues. Je les cuisais des heures mais elles coulaient, collaient à la plaque; bref, une horreur. Là, les meringues ne coulent pas, gonflent et rosissent magnifiquement et se décollent très facilement ! Et en plus, c'est rapide. Le mieux, c'est qu'on peut même rater les blancs en neige ! Une fois, mes blancs ont mal pris. J'ai obtenu une crème mais pour ne pas gâcher je l'ai faite cuire quand même : toujours aussi parfait ! Les meringues ne coulent toujours pas. Elles sont seulement un peu moins gonflées. Bref, c'est vraiment la recette parfaite pour impressionner tout le monde alors qu'on est nul en cuisine (comme moi) !

**Bon appétit !**