



«Magenbrot»

Mise en place et préparation:
env. 1 h
Cuisson au four: env. 20 min
Séchage: env. 1 h
Pour env. 40 pièces

Pâte

300 g de farine bise
½ sachet de poudre à lever
2 c. à soupe de cacao en poudre
2 c. à soupe de crème
½ c. à café de cannelle
½ c. à café de poudre de girofle
2 pincées de muscade
2 pincées de sel

125 g de sucre

1½ dl d'eau

1 c. à soupe de kirsch

1. Mélanger dans un bol la farine et tous les ingrédients jusqu'au sel compris.
2. Ajouter le sucre, l'eau et le kirsch, pétrir en pâte souple. Mettre la pâte sur une plaque chemisée de papier cuisson. Abaisser en rectangle avec un peu de farine sur env. 2 cm d'épaisseur.

Cuisson: env. 20 min dans la moitié inférieure du four préchauffé

à 180° C. Retirer, laisser tiédir un peu, retourner sur une grille, ôter le papier, laisser refroidir. Découper la pâte en morceaux d'env. 2 x 4 cm, mettre dans un grand bol.

Glaçage

100 g de chocolat noir (p. ex. Cailler Cuisine Noir 64%), en morceaux

20 g de beurre

1 dl d'eau

250 g de sucre glace

2 pincées de sel

1 pincée de poudre de girofle

1 pincée de muscade

1. Dans une casserole, faire fondre sur feu doux le chocolat et le beurre dans l'eau, éloigner la casserole du feu.
2. Ajouter le sucre glace et tous les ingrédients, lisser. Verser le glaçage sur les morceaux, mélanger délicatement jusqu'à ce que tous les morceaux soient bien enrobés. Répartir sur une grille, laisser sécher env. 1 heure.

Conservation: 1 semaine dans une boîte hermétique.

Par pièce: lipides 2 g, protéines 1 g, glucides 15 g, 351 kJ (84 kcal)



D'où vient le nom de «Magenbrot»?

Cette friandise, également appelée pain des Alpes, contient un mélange d'épices réputées pour leur effet bénéfique sur l'estomac (en allemand Magen). La poudre de girofle agirait contre le manque d'appétit et les nausées. La cannelle aurait des propriétés antiseptiques. La muscade, enfin, stimulerait les sucs gastriques et favoriserait la digestion. Pour autant, l'ingrédient principal du pain des Alpes reste le sucre. Donc à consommer avec modération, car malgré toutes ces bonnes épices et cette savoureuse recette, le Magenbrot peut provoquer une indigestion!