



## Gulab Jamun



Histoire de la recette, ce que cela représente...

Le gulab jamun est un dessert très populaire en Inde, pays d'où il est originaire. Il se présente sous la forme de petites boulettes cuites dans de l'huile.

Le mot « gulab » est dérivé des mots persans « gol » (fleur) and « āb » (eau). Il se réfère au sirop parfumé à l'eau de rose dans lequel baignent les boulettes de cette confiserie. Tandis que le terme « jamun » est le nom d'un fruit indien d'apparence semblable à ce dessert.

Une théorie suggère que ce dessert fut inventé par accident par le chef cuisinier de l'empereur moghol Shah Jahan.

Principaux ingrédients : Pour une quantité de 10 gulab jamun

Le temps de préparation : 10 minutes

Le temps de cuisson : 20 minutes

Pour la pâte :

- 75g de lait en poudre
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 cuillère à soupe de semoule fine
- 2 à 3 cuillères à soupe de lait
- 1 pincée de levure chimique

Pour le sirop dans lequel on va tremper les gulab jamun

- 1 bol de sucre en poudre (env.100g)
- 1 bol d'eau
- 2 cardamomes écrasées
- 1 cuillère à café de jus de citron
- L'huile pour frire

Méthode :

1. Pour le sirop, mettre dans une casserole : le sucre, l'eau, la cardamome et le jus de citron et mettre à chauffer pendant 10 mn.
2. Pour la pâte des gulab jamun : mettre dans un récipient le lait en poudre, une pincée de levure chimique, la farine, le beurre et mélanger. Quand le beurre est bien mélangé, ajouter la semoule et mélanger. Ajouter le lait et mélanger pour obtenir une pâte.
3. Laisser reposer pendant 10 mn. Diviser la pâte en petites parts. Prendre chaque part, l'aplatir et faire une boule.
4. Mettre les boules dans l'huile pas trop chaude. Quand les boules remontent, monter le gaz. Les remuer pour qu'elles soient dorées de tous les côtés. Quand elles sont bien dorées, les sortir.
5. Quand toutes les boules sont prêtes, mettez-les dans le sirop pendant 30 min puis placez-les au réfrigérateur pour les déguster froides.

Allergène(s) potentiels, végétarien, végan...

- Céréales contenant du gluten et lait

Niveau de difficulté			
Coût	€	€€	€€€