

Anko

 umamiandvegan.fr/anko/

Avec des Azuki secs :

Temps de cuisson : 1h30

Temps de repos : 30 min

Temps de trempage : 1 nuit (optimal) / 6h (minimum)

(trempage optionnel mais recommandé)

Avec des Azuki bouillis (déjà sucrés)(et seulement si ceux-ci sont trop liquides) :

Temps de cuisson : 10 min

Temps de repos : 30 min

Avec des haricots classiques en boîte :

Temps de cuisson : 4 à 5 min

Temps de repos : 30 min

Ingrédients :

Avec des Azuki secs (*Recette pour 600 g*) :

- 200 g d'Azuki secs
- 200 g de sucre
- 1 petite pincée de sel

Avec des Azuki bouillis (déjà sucrés) :

Azuki bouillis (Selon la quantité d'Anko nécessaire).

Avec des haricots classiques en boîte (*recette pour 250 g*) :

- 250 g d'haricots en boîte égouttés
- 100 g de sucre

Préparation :

Avec des Azuki secs :

1. Faire tremper les Azuki une nuit (ou 6h à défaut) dans un grand volume de l'eau (étape optionnelle mais recommandée).
2. Bien rincer les Azuki à l'eau froide.

3. Les mettre dans une casserole avec un grand volume d'eau, porter à ébullition puis cuire à feu vif pendant 5 min. Vider l'eau et rincer les Azuki.
4. Les mettre de nouveau dans la casserole et les couvrir d'eau (1 cm d'eau maximum au-dessus des haricots afin que ceux-ci ne bougent pas trop pendant la cuisson). Porter à ébullition puis mettre le feu sur moyen, couvrir et cuire 1h20 à 1h30. Rajouter de temps en temps de l'eau chaude afin que les Azuki restent toujours couverts d'eau.
5. Les Azuki sont cuits quand ceux-ci s'écrasent entre les doigts sans forcer et que la chaire est translucide. Tremper plusieurs haricots dans l'eau froide avant de faire le test (Afin d'éviter de se brûler et tester plusieurs Azuki car tous ne cuisent pas à la même vitesse).
6. Couper le feu, laisser reposer avec le couvercle pendant 30 min puis les égoutter.
7. Dans une casserole, mettre 70 ml d'eau et le sucre, mélanger, porter à ébullition et ajouter immédiatement les Azuki. Mettre le feu sur moyen et cuire tout en mélangeant régulièrement jusqu'à ce que la pâte est réduit. La cuisson est finie lorsque la pâte ne s'étale pas immédiatement après le passage de la spatule/cuillère. Mettre une petite pincée de sel, mélanger et retirer du feu.
8. Vous pouvez la laisser telle quelle ou l'écraser avec une spatule/maryse (mon préféré) ou passer au mixeur plongeant. Laisser reposer avant de la placer au frigo (la pâte va durcir en refroidissant. Une fois froide, il faut que celle-ci est la consistance de la crème de châtaigne).

Avec des Azuki bouillis (déjà sucrés) (et seulement si ceux-ci sont trop liquides) :

1. Mettre les azuki dans une casserole et faire réduire à feu moyen-doux pendant 10 min puis laisser refroidir. La consistance doit être un peu plus ferme mais pas trop car elle va durcir en refroidissant.

Avec des haricots classiques en boîte :

1. Égoutter les haricots (ce n'est pas grave s'il reste de l'eau).
2. Dans une casserole, mettre 35 ml d'eau et 100 g de sucre, mélanger, porter à ébullition, ajouter immédiatement les haricots et baisser le feu sur moyen-vif.
3. À l'aide d'un mixeur plongeant, mixer les haricots partiellement ou totalement selon votre convenance (je préfère partiellement) et réduire pendant 4 à 5 min tout en mélangeant. La pâte va légèrement durcir en refroidissant.

C'est prêt ! Itadakimasu !

Astuces :

- La pâte d'Anko se conserve très bien au frigo dans un pot/boîte fermé.
- Vous pouvez l'utiliser dans ces recettes : Dorayaki, Daifuku.