

Camembert vegan affiné



🍷 4 portions · ⌚ prep. 1h · 🍳 cuisson 28d

🥜 noix

Fromage végétal à pâte molle à croûte fleurie - base cajou fermentée au probiotique,ensemencée au Penicillium candidum et affinée 3-4 semaines en cave. Reproduit le procédé biologique d'un vrai camembert, pas juste son apparence. Compter 4 semaines de calendrier pour 3 heures de travail actif.

France / Monde

INGRÉDIENTS

☐ noix de cajou crues non grillées non salées	300 g	☐ miso blanc doux	1 càc
☐ beurre de cacao alimentaire	20 g	☐ jus de citron	1 càs
☐ gélules de probiotiques, souches <i>Lactobacillus et Bifidobacterium, minimum 10 milliards UFC par gélule, sans prébiotiques ni additifs</i>	2	☐ eau filtrée tiède	100 ml
☐ spores de <i>Penicillium candidum</i> , en sachet, fournisseur fromager : La Maison du Lait, Boursin Pro, ou sites de fromagers amateurs	1	☐ spores de <i>Penicillium candidum</i>	1/4 càc
☐ sel fin non iodé	6 g	☐ eau filtrée froide	100 ml
☐ levure maltée	2 càs		

PRÉPARATION

— Matériel et ingrédients à sourcer (en amont) —

1. Avant de commencer, réunir :
2. • noix de cajou crues non grillées non salées - beurre de cacao alimentaire (en magasin bio ou cru-frac) - gélules de probiotiques - spores de *Penicillium candidum* - sel fin non iodé - levure maltée - miso blanc doux - jus de citron
3. Matériel :
4. • robot blender puissant (Vitamix, Magimix Power Pro ou équivalent - un mixeur faible ne donnera pas la finesse requise) - 2 moules à camembert en plastique perforé (diamètre 10 cm) ou faisselles équivalentes - boîte hermétique type Tupperware grande contenance avec couvercle (sera la « cave d'affinage ») - thermomètre et hygromètre (optionnel mais utile) - grille fine qui s'adapte dans la boîte hermétique

Le Penicillium candidum est l'ingrédient le plus difficile à trouver. Commander en ligne 1 semaine avant. Un sachet sert pour 20+ fromages, se conserve 1 an au frigo.

Les probiotiques en gélule sont la voie la plus fiable pour débiter. Le rejuvelac (eau de germination fermentée) ou le kéfir d'eau marchent aussi mais ajoutent un cycle de 3 jours.

— **Jour 1 - Trempage (5 min de travail + 12 h d attente)** —

5. Rincer les noix de cajou à l'eau froide. Les mettre dans un *grand bol* et couvrir d'eau filtrée à 3 cm au-dessus.
6. Couvrir avec un linge et laisser tremper 12 h à température ambiante (ou 4 h en eau tiède si pressé).

— **Jour 2 - Mixage et fermentation (30 min de travail + 48 h d attente)** —

7. Égoutter et rincer abondamment les cajous trempés.
8. Faire fondre doucement le beurre de cacao au *bain-marie* sur feu très doux. Laisser tiédir (ne pas dépasser 40°C - tuerait les probiotiques).
9. Mettre dans le robot blender les cajous égouttés, le beurre de cacao fondu, *eau filtrée tiède* et le contenu des gélules de probiotiques ouvertes (jeter l'enveloppe).
10. Mixer pendant 5 m à pleine puissance jusqu'à obtenir une crème absolument lisse, sans aucun grumeau. Racler les bords plusieurs fois. La crème doit avoir la texture d'un fromage blanc épais et brillant.
11. Transférer dans un *bol en verre ou céramique* (pas de métal - réagit avec la fermentation), couvrir d'un *linge propre* maintenu par un élastique.
12. Laisser fermenter à température ambiante (20-22°C idéalement) pendant 48 h. Goûter au bout de 24 h puis 48 h : la base doit s'acidifier sensiblement (notes lactées, légèrement piquantes) - c'est le signe que les bactéries travaillent. Si la cuisine est trop froide (< 18°C), prolonger à 72 h.

Si une couche colorée (rose, verte, noire) apparaît en surface, la fermentation a été contaminée - jeter et recommencer dans un environnement plus propre. Une légère couche jaunâtre est normale.

— **Jour 4 - Assaisonnement et moulage (20 min)** —

13. Transférer la base fermentée dans un *bol propre*. Ajouter le sel, la levure maltée, le miso blanc dissous dans le jus de citron. Mélanger énergiquement à la spatule pendant 2 m.
14. Goûter et rectifier : ne pas hésiter à saler un peu plus (le sel sert aussi de conservateur pour l'affinage).

15. Tapisser les moules à camembert d'une *étamine fine* ou de *gaze à fromage* (laisser dépasser).
16. Répartir la masse dans les deux moules, lisser le dessus à la spatule, rabattre l'étamine.
17. Placer les moules sur la grille fine, elle-même dans la boîte hermétique. Couvrir et placer au réfrigérateur 24 h pour raffermir.

— Jour 5 - Démoulage et premier séchage (10 min + 24 h) —

18. Démouler les fromages délicatement (ils sont fermes mais fragiles). Retirer l'étamine.
19. Saler très légèrement toutes les faces avec une pincée de sel fin.
20. Replacer sur la grille dans la boîte hermétique, laisser le couvercle entrouvert 24 h au réfrigérateur pour former une peau superficielle qui pourra recevoir la moisissure.

— Jour 6 - Ensemencement au *Penicillium* (15 min) —

21. Diluer les *spores de Penicillium candidum* dans *eau filtrée froide* dans un *vaporisateur propre*.
22. Vaporiser uniformément toutes les faces des fromages (dessus, dessous, tranches). Une fine brume suffit.
23. Replacer dans la boîte hermétique, fermer le couvercle.
24. Placer la boîte dans la partie la moins froide du réfrigérateur (12-15°C idéalement - vérifier au thermomètre). Si le frigo est plus froid partout, utiliser une cave à vin reconvertie ou un coin frais de la maison.

— Jours 7 à 14 - Premier affinage (5 min tous les 2 jours) —

25. Tous les 2 jours :
 1. Ouvrir la boîte, retourner les fromages délicatement
 2. Essuyer la condensation sur le couvercle avec un *essuie-tout propre*
 3. Placer un *carré d'essuie-tout humide* dans la boîte (sans toucher les fromages) pour maintenir l'humidité autour de 90 %
 4. Refermer
2. Au bout de 5-7 jours, un duvet blanc apparaît - c'est le mycélium du *Penicillium* qui se développe. À 10-12 jours, il couvre entièrement la surface, formant la croûte fleurie caractéristique.

Si la croûte est encore inégale à 14 jours, prolonger en retournant tous les jours. La température fait toute la différence - trop froid (< 10°C), le mycélium dort.

— Jours 14 à 28 - Maturation finale (5 min tous les 3 jours) —

28. Continuer de retourner les fromages tous les 3 jours.
29. À 21 jours, le cœur commence à se ramollir. À 28 jours, il devient crémeux et coule légèrement à la coupe - c'est le point d'affinage optimal.

30. Pour ralentir la maturation à partir de J+21 si on n'est pas prêt à le manger, emballer chaque fromage dans du papier sulfurisé (pas film plastique - étouffe le mycélium) et placer dans la partie plus froide du frigo (5-7°C). Conservation 7-10 jours supplémentaires.

Le bon "ponto" (pour reprendre le terme brésilien) se reconnaît au toucher : la croûte doit céder légèrement sous le doigt, comme un camembert mûr. Si on appuie et que c'est encore ferme, prolonger 2-3 jours.

Une croûte qui prend des reflets jaune-orangé après 3 semaines est normale - signe de maturation poussée. Reflets verts ou roses = autre moisissure indésirable, ne pas consommer.

— Dégustation —

31. Sortir le fromage du frigo 30 m avant de servir - se déguste à température ambiante comme un vrai camembert.
32. Servir tel quel sur planche avec :
33. • Pain au levain grillé - Confiture de figue ou chutney d'oignon - Noix entières - Pomme ou poire en quartiers - Vin rouge léger (Pinot Noir, Gamay) ou cidre brut
34. Aussi excellent :
35. • Fondu sur tartines au four (le cœur coule) - En garniture de pizza (cubes ajoutés en fin de cuisson) - En sauce avec un peu de crème de soja et noix de muscade

Goût attendu : crémeux beurré, notes lactées fermentées, finale noisettée. Moins "animal" qu'un camembert de lait cru, plus végétal et plus doux - mais authentiquement fromage à pâte molle à croûte fleurie, pas un succédané.

Ne file pas en cuisson (autre logique technique). Pour un fromage vegan filant, faire une mozzarella au tapioca - autre recette.

Conservation après ouverture : 5-7 jours au frigo, emballé dans du papier sulfurisé. Le goût continue de s'intensifier - certains préfèrent à J+5 d'ouverture, plus prononcé.

— Récapitulatif calendrier —

36. • J1 (5 min) : trempage cajoux - J2 (30 min) : mixage et lancement fermentation - J4 (20 min) : assaisonnement et moulage - J5 (10 min) : démoulage et séchage - J6 (15 min) : ensemencement *Penicillium* - J7 à J28 (5 min tous les 2-3 jours) : retournement et affinage - J28 : prêt à déguster
37. Total temps actif : 3 h - Total calendrier : 4 semaines