

Recette

SPÉCIAL CONFINEMENT



« Îles flottantes aux pralines roses »

—
**Par Loïc Vaillant – Restaurant Le Bel'Vue
Le Cergne**

Ingrédients pour 6 personnes

1 l de lait

8 œufs

250 g de sucre

(dont 20 g pour le caramel)

50 g de pralines
roses concassées

60 g de sucre
à caraméliser

20 g d'amandes
effilées et grillées

De la vanille liquide

Préparation de la crème anglaise :

Mettre le lait à chauffer dans une casserole. Réserver un peu de lait à mettre dans les jaunes d'œufs.

Pendant ce temps : clarifier les œufs, c'est-à-dire séparer les jaunes des blancs. Ajouter le sucre aux jaunes d'œufs. Bien mélanger avec un fouet. Ensuite, incorporer un peu de vanille liquide puis le reste de lait. Une fois le lait de la casserole chaud, verser la moitié dans la préparation avec les jaunes d'œufs. Bien mélanger puis remettre le tout dans la casserole de lait.

Cuire la préparation à « la nappe », c'est-à-dire en remuant à l'aide d'une spatule en bois environ 6-7 minutes à feux doux. Pour vérifier que la crème anglaise est prête, sortir la spatule et tracer un trait avec le doigt. Si la trace est nette, c'est que la crème est cuite. Une fois cuite, passer la crème anglaise au chinois.

Astuce : pour débarrasser la crème anglaise, mettre un saladier dans un récipient avec des glaçons puis la déverser afin de la refroidir plus rapidement et d'arrêter la cuisson.

Préparation des blancs en neige :

Préparer une assiette avec du papier absorbant afin de pouvoir égoutter les blancs une fois cuits. Faire chauffer de l'eau dans une casserole et porter à ébullition.

Pendant ce temps, monter les blancs en neige avec 20 g de sucre. Puis, former des boules à l'aide d'une louche et d'une cuillère à soupe. Plonger ces boules dans l'eau frémissante. Les laisser cuire env. 2 minutes en les retournant. Le blanc d'œuf ne doit plus coller. Puis les égoutter sur le papier absorbant. Disposer les blancs d'œufs sur la crème anglaise puis parsemer d'éclats de pralines roses et d'amandes effilées et grillées.

Préparation du caramel :

Mettre 20 g de sucre dans une casserole avec une cuillère à soupe d'eau. Porter à ébullition et remuer en réalisant un mouvement circulaire avec la casserole. Une fois bien coloré, stopper la cuisson et verser le caramel sur les îles flottantes. C'est prêt !

#PRENEZ SOIN DE VOUS ET SURTOUT, RESTEZ CHEZ VOUS !