



ILE FLOTTANTE

PRÉPARATION

CREME ANGLAISE :

Dans une casserole, mettez le lait a chauffer, battez les jaunes d'œufs avec 60g de sucre jusqu'à blanchissement.

Versez le lait chaud petit a petit par dessus, en mélangeant

Remettez la préparation dans la casserole et laissez cuire a feu doux, en remuant

Mettez dans un saladier, et laissez refroidir.

LES BLANCS EN NEIGE :

montez les blancs en neige bien ferme avec le reste du sucre (30g)

Cuisez au micro onde,

Beurrez des ramequin et saupoudrez les de sucre puis les remplir

Cuisez 20 seconde au micro onde,

Versez la crème anglaise dans des coupe et mettre les blancs en neige cuits et arrosez de caramel chaud.

INGRÉDIENTS

- 400 ml lait
- 3 œufs
- 90 gr sucre
- 1 gousse de vanille

pour le caramel :

- 60 g sucre
- 4 c. a soupe d' eau

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN

TEMPS DE CUISSON : 10MN

TEMPS TOTAL : 25MN