

Îles flottantes (Desserts)



Préparation

Séparer les blancs des jaunes. Battre les blancs d'œufs avec 20g de sucre en neige très ferme. Mettre à chauffer 250 ml de lait dans une casserole, ajouter 50 g de sucre et les graines d'une demi-gousse de vanille. Remuer pour dissoudre le sucre. Le lait ne doit pas bouillir, seulement frémir. Façonner l'œuf battu avec deux cuillères en faisant des petites îles de forme ovale et les poser délicatement sur le lait dans la casserole. Au bout de quelques minutes, ils vont gonfler. Les égoutter, les placer sur une plaque et les laisser refroidir. Ne pas jeter le lait mais le laisser dans la casserole. Remettre du lait dans la casserole pour avoir de nouveau 250ml (il vous faudra environ 50 ml de lait pour remplacer celui qui s'est évaporé). Dans un bol, battre le jaune d'œuf dilué avec un peu de lait que vous avez utilisé pour cuire les blancs, puis verser l'œuf battu dans la casserole et faire cuire à feu doux en remuant constamment. Vous devriez obtenir une crème très lisse et fluide, mais pas tout à fait liquide. Une fois cuite, laisser refroidir. Mettre au frigo. Pour servir, verser la crème dans une coupe ou un petit bol, déposer une ou plusieurs petites îles sur la crème et verser dessus un peu de sauce au caramel ou au chocolat, selon vos goûts.

Conseils

Veillez à ne pas faire bouillir le lait dans lequel vous faites cuire les blancs d'œufs!

Anecdotes

On peut appeler cette recette de deux manières différentes: îles flottantes ou œufs à la neige.

Information

Préparation 30 minutes

Temps total 15 minutes

Niveau de difficulté Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingrédients

Oeufs 1 unité

Sucre 70 grammes

Lait 300 millilitres

Gousse de vanille

Sauce caramel (Pour garnir)