



Iles Flottantes

L'île flottante est une base de crème Anglaise et blanc d'œuf battu cuit . Dans ma version , je rajoute des amandes effilées et un caramel semi-liquide.



Ingrédients:

- lait 1 litre
- 130g de sucre semoule
- 1 gousse de vanille
- 8 jaunes d'œufs
- 6 blancs d'œufs + 60 g de sucre
- 60g de sucre semoule pour le caramel
- 20g d'amande effilées grillées

Confection de la crème anglaise : bouillir le lait et la gousse de vanille puis blanchir les jaunes et le sucre. Verser dessus le lait bouillant. Cuire dans la casserole, soit une cuisson à la nappe (voir la vidéo), soit à 80°C. Dès la fin de cuisson, débarrasser dans un saladier et refroidir la crème pour stopper la cuisson en trempant le saladier dans un bac rempli de glaçons ou d'eau froide. Monter les blancs d'œufs en neige avec le sucre, ensuite former des îles avec une cuillère et les faire cuire au four micro-ondes 1 minute environ (350 watts maxi) puis réserver au réfrigérateur.



Pendant ce temps, réaliser un caramel semi-liquide (voir la vidéo) puis refroidir. Pour le dressage, voir la vidéo et sachez que seule compte votre imagination sur la présentation. Si votre crème anglaise est trop cuite (grumeaux ou trop épaisse), mettre un coup de mixeur dedans, elle redeviendra onctueuse et fluide.

