

Recettes de cuisine

de Mamie Vera

Préparation

Pour 8 personnes
Temps de préparation 15 minutes
Temps de cuisson environ 45 minutes

Séparez les blancs et les jaunes d'oeufs.
Montez les blancs en neige bien fermes.
Mélangez les jaunes avec la noix de coco râpée et le lait concentré sucré.
Grattez les graines de la gousse de vanille et ajoutez les à la préparation (ou utilisez 1 sachet de sucre vanillé).
Ajoutez le lait de coco, mélangez.
Ajoutez ensuite les blancs en neige en faisant attention de ne pas casser les bulles d'air.
Réalisez le caramel, mettez le sucre et l'eau dans une casserole et faites prendre le caramel à feu moyen, lorsqu'il est ambré, répartissez-le dans le fond de votre moule.
Versez le mélange par dessus, et faites cuire 45 minutes à 180°C au bain marie.
Laissez totalement refroidir avant de démouler.
Pour vous aider, passez le moule dans un fond d'eau chaude avant de démouler pour faire fondre le caramel.

Source Hervé Cuisine

Commentaires



Cliquez pour agrandir l'image
Pour le bain-marie, j'ai préchauffé le four à 180°C (chaleur tournante).
Pour le caramel j'ai utilisé le caramel Vahiné.
Pour le moule à cake 25 cm de long.
Si vous utilisiez du lait, prenez du lait entier.
Vous pouvez remplacer la noix de coco par de la poudre d'amandes ou de noisettes.
Facile à réaliser.
Comme le gâteau magique, les 2 textures se séparent toutes seules pendant la cuisson, flan très agréable en bouche.

Ajouter un commentaire



FLAN DE COCO A LA VANILLE



Ingrédients

400 g de lait concentré sucré
100 g de noix de coco râpée
300 ml de lait de coco
3 oeufs
1 gousse de vanille
30 ml d'eau
125 g de sucre

