



## Crèmes

# Crème chiboust



**40 min** **10 min** **30 min**      **0**      **227**  
TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON      REPOS      CALORIES

Ingrédients  
pour **8** personnes

### Ingrédients pour la crème pâtissière

30 cl **Lait entier**  
3 unité(s) entière(s)  
**Jaune(s) d'oeuf**  
60 g **Sucre semoule**  
1 sachet(s) **Sucre vanillé**  
30 g **Farine**

### Ingrédients pour la meringue italienne

25 cl **Eau**  
250 g **Sucre semoule**  
5 unité(s) entière(s)  
**Blanc(s) d'oeuf**

### Étape 1

Préparation de la crème pâtissière

- 1 Verser le lait dans une casserole et porter à ébullition.
- 2 Mettre les jaunes d'oeufs dans un saladier.
- 3 Ajouter le sucre et blanchir les oeufs avec le sucre à l'aide d'un fouet.
- 4 Ajouter la farine et fouetter de nouveau.
- 5 Verser progressivement le lait chaud dans le saladier et remuer.
- 6 Verser le contenu du saladier dans une casserole et faire chauffer à feu doux.
- 7 Fouetter la crème, jusqu'à ce qu'elle épaisse.
- 8 Laisser refroidir en remuant régulièrement afin d'éviter la formation d'une peau à la surface de la crème.

### Étape 2

Préparation de la meringue italienne

- 1 Verser le sucre dans une casserole.
- 2 Ajouter l'eau et faire chauffer à feu doux.
- 3 Mélanger jusqu'à obtention d'un sirop épais.
- 4 Dans la calotte, battre les blancs en neige en versant

progressivement le sirop encore chaud.

- 5 Continuer de battre jusqu'à refroidissement.

### **Étape 3**

#### Préparation de la crème chiboust et dressage

- 1 Incorporer progressivement la crème pâtissière à la meringue italienne.
- 2 Verser dans un moule et laisser prendre au frais avant de servir.