



Crèmes œufs à la neige



2h **30 min** **30 min** **1h** **396**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des blancs en neige

- 1 Clarifier les oeufs.
- 2 Battre les blancs en neige avec une pincée de sel. Quand le mélange commence à mousser, ajouter le sucre glace.
- 3 Arrêter de battre quand les blancs sont bien fermes.
- 4 Pour s'assurer de la fermeté des blancs en neige, renverser le saladier (ou le bol du robot) : ils doivent rester collés au récipient.
- 5 Mettre les blancs dans un plat adapté au four à micro-ondes. Faire cuire pendant 1 min 30 sec sur puissance maximum.
- 6 Partager aussitôt les blancs en quatre morceaux.
- 7 Laisser refroidir à température ambiante et réserver au frais.

Étape 2

Préparation de la crème anglaise

- 1 Inciser la gousse de vanille dans sa longueur.
- 2 Faire bouillir le lait avec la gousse de vanille. Dans un saladier, blanchir les oeufs avec le sucre.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les blancs en neige

4 unité(s) entière(s)
Blanc(s) d'oeuf
2 c. à soupe **Sucre glace**
1 **Sel**

Ingrédients pour la crème anglaise

600 ml **Lait demi-écrémé**
70 g **Sucre semoule**
4 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
1 **Gousse(s) de vanille**

Ingrédients pour le caramel

120 g **Sucre semoule**
10 g **Eau**
1 c. à café **Jus de citron**

Ingrédients pour le dressage

3

4 Verser le lait bouillant sur les jaunes, sans arrêter de remuer.

40 g **Pralin**

5

Reverser le mélange dans une casserole et faire cuire sur feu doux sans cesser de remuer.

6

Il faut arrêter la cuisson avant l'ébullition.

7

Quand la crème commence à épaissir et la mousse à la surface disparaît, ôter du feu.

8

Tremper une cuillère dans la crème anglaise puis passer un doigt dessus. Si la trace reste pendant quelques secondes, alors elle est cuite.

9

Mélanger pendant encore pendant 1 minute et laisser refroidir.

Étape 3

Préparation du caramel

1

Dans une casserole, faire chauffer sur feu moyen le sucre, l'eau et le jus de citron.

2

Laisser caraméliser sur le feu. Mélanger en remuant la casserole, pour uniformiser le caramel.

Étape 4

Dressage

1

Verser la crème anglaise dans chaque ramequin.

2

Disposer les blancs en neige dessus.

3

Couler du caramel sur les blancs et la crème, puis saupoudrer de pralin.

4

Réserver au frais pendant 1 heure et servir.