Marc Foucher

Crèmes

Flan aux algues, ananas au rhum et vanille

1h45	35 min	10 min	1h	430
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de l'appareil

1. Verser le lait dans une casserole et ajouter les algues. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
2. Concasser la cardamome à l'aide d'un pilon et d'un mortier, l'ajouter au mélange lait et algues. Faire chauffer sur feu moyen et porter le lait à ébullition.
3. Dans un saladier, verser les jaunes d'œufs et le sucre. Fouetter pour les blanchir.
4. Remuer le mélange dans la casserole. Verser le lait infusé sur les jaunes blanchis en le filtrant à l'aide d'un chinois. Fouetter le mélange.
5. Remettre le mélange dans la casserole. Faire chauffer sur feu doux tout en mélangeant et sans porter à ébullition.
6. Lorsque le mélange est à environ 90°C, ajouter le plancton. Vérifier la température à l'aide d'un thermomètre de cuisine puis mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
7. Verser la préparation dans des ramequins à l'aide d'un pochon. Réserver au réfrigérateur pendant au moins 1 heure.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le flan

- 40 cl **Lait demi-écrémé**
- 8 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
- 50 g **Sucre semoule**
- 40 g **Algue(s) déshydratée(s)**
- 10 g **Cardamome**
- 1 g **Algue(s) déshydratée(s)**

Ingrédients pour la garniture

- 4 tranche(s) **Ananas**
- 1 **Banane(s)**
- 20 g **Beurre**
- 20 g **Sucre roux**
- 2 cl **Rhum**
- 1 **Gousse(s) de vanille**
- 1 **Jus de citron**

Ingrédients pour le dressage

- 4 **Feuille(s) de riz**

Étape 2

Préparation des fruits

1. Préchauffer le four sur le grill à puissance maximum.
2. Recouvrir la plaque de four de papier sulfurisé. Si la plaque de four est circulaire, plier une grande feuille de papier sulfurisé en cône. Mesurer le rayon de la plaque, couper le cône à cette dimension avec des ciseaux puis le dérouler. Disposer quelques gouttes d'huile sur la plaque pour faire adhérer le papier sulfurisé.
3. Verser de l'huile sur la surface du papier sulfurisé, la badigeonner à l'aide d'un pinceau.
4. Saupoudrer les galettes de riz de sucre glace à l'aide d'un chinois. Déposer les galettes sur le papier sulfurisé, débarrasser sur une plaque de four et enfourner pendant quelques minutes.
5. Lorsque les galettes sont bien dorées, sortir du four puis réserver.
6. Eplucher puis ôter les extrémités de l'ananas à l'aide d'un couteau éminceur. Tailler ensuite des tranches, ôter le cœur des tranches avec un petit emporte pièce. Réserver sur une assiette.
7. Eplucher les bananes, les tailler en dés et réserver dans un saladier. Verser un peu de jus de citron sur les dés pour éviter l'oxydation.
8. Fendre la gousse de vanille en deux à l'aide d'un couteau d'office. Gratter les graines, les réserver dans un ramequin.
9. Faire fondre du beurre dans une poêle sur feu vif. Lorsque le beurre est fondu, déposer les tranches d'ananas et verser le sucre roux. Retourner régulièrement les tranches à l'aide de pinces de cuisine.
10. Verser le rhum dans la poêle, mélanger. Lorsque les tranches d'ananas sont bien colorées, débarrasser sur une assiette et laisser refroidir.
11. Dans la même poêle, déposer les dés de banane, mélanger pour les enrober de caramel et de rhum. Incorporer les graines de vanille, mélanger. Puis débarrasser dans un bol et laisser refroidir.

Étape 3

Dressage

1. Sortir les flans du réfrigérateur. Au centre d'une assiette de dressage, déposer une tranche d'ananas.
2. Démouler le flan à l'aide d'un couteau d'office. Le déposer sur l'ananas, ajouter les dés de banane sur le flan.
3. Déposer une galette de riz à plat sur les bananes, décorer de feuilles de menthe fraîche puis servir.

2 c. à soupe **Sucre glace**
4 feuille(s) **Menthe fraîche**
1 c. à soupe **Huile d'arachide**