

Crèmes

Dame blanche du poitou



40 min 10 min 30 min **0** **291**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la
crème anglaise**

50 cl **Lait entier**
4 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
125 g **Sucre semoule**
1 **Gousse(s) de vanille**

**Ingrédients pour le
soufflé**

4 unité(s) entière(s)
Blanc(s) d'oeuf
1 **Beurre**
1 sachet(s) **Sucre vanillé**
1 **Sel**

Étape 1

La crème anglaise

- 1 Fendre la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur et gratter l'intérieur avec la lame du couteau d'office afin d'extraire les graines.
- 2 Faire chauffer le lait dans une casserole sur feu moyen et ajouter les graines de vanille.
- 3 Pendant ce temps, mélanger les jaunes d'oeufs avec le sucre dans un saladier.
- 4 Fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- 5 Verser progressivement le lait chaud dans le saladier contenant le sucre et les oeufs puis mélanger vivement avec le fouet.
- 6 Reverser le mélange dans la casserole.
- 7 Faire épaissir la crème anglaise sur feu doux en remuant sans cesse avec une cuillère en bois, pendant 10 minutes.
- 8 Lorsqu'elle est cuite, transvaser la crème dans un saladier pour stopper la cuisson. Laisser refroidir à température ambiante.

Étape 2

Cuisson du soufflé

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Verser les blancs d'oeufs dans un saladier et ajouter une pincée de sel.
- 3 Fouetter en neige ferme avec un batteur électrique.
- 4 Lorsque les blancs commencent à être serrés, ajouter le sucre vanillé.
- 5 Faire fondre du beurre dans un bol au four micro-ondes pendant 30 secondes à puissance maximale.
- 6 A l'aide d'un pinceau, badigeonner les parois intérieures du moule à soufflé avec le beurre fondu.
- 7 Verser les blancs en neige dans le moule à soufflé et enfourner pendant 20 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Démouler le soufflé dans un plat de service.
- 2 Verser la crème anglaise autour et servir.