William Lamagnère

Crèmes

Crème pâtissière légère

15 min	5 min	10 min	0	170
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la crème pâtissière

- 20 cl **Lait entier**
- 2 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
- 50 g **Sucre semoule**
- 20 g **Beurre**
- 12 g **Maïzena**
- 8 g **Poudre à flan**

Étape 1

Préparation de la crème pâtissière

1. Verser les jaunes dans un saladier. Ajouter le sucre et battre vivement à l'aide d'un fouet pour blanchir le mélange.
2. Ajouter la poudre à flan et la maïzena, puis fouetter.
3. Porter le lait à ébullition dans une casserole.
4. Verser un peu de lait bouillant sur le mélange d'oeufs et de sucre, puis fouetter.
5. Reverser ce mélange dans la casserole de lait bouillant, remettre sur feu vif.
6. Amener l'appareil à ébullition pendant 1 minute tout en fouettant, jusqu'à ce que le mélange épaississe.
7. Baisser ensuite la température du feu pour éviter que la crème ne brûle sur les côtés.
8. Stopper la cuisson puis incorporer le beurre. Fouetter le mélange.
9. Dès que le beurre est bien fondu, débarrasser la crème pâtissière dans un saladier à l'aide d'une maryse.
10. Filmer la crème au contact pour éviter qu'elle ne croûte, réserver au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit bien refroidie.