



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Flamby .



*Ingrédients pour 4 personnes :*

- 1 c.à.c d'extrait de vanille liquide
- 15 cl de crème fleurette
- 3 c.à.s de sucre en poudre
- 3 g d'agar-agar
- 35 cl de lait 1/2 écrémé
- Caramel liquide du commerce

- Déposer délicatement une fine couche de caramel au fond des verrines, placer au réfrigérateur
- Dissoudre l'agar-agar dans 3 c.à.s de lait. Verser le reste de lait avec la crème dans une casserole
- Y ajouter l'agar-agar dilué, le sucre en poudre et l'extrait de vanille liquide
- Porter à ébullition 1 minute en remuant avec une cuillère afin que cela ne s'accroche pas au fond de la casserole
- Remplir les ramequins avec le lait chaud en faisant attention que ça ne se mélange pas au caramel
- Laisser refroidir avant de mettre au réfrigérateur pendant 2 heures. Démouler délicatement

*Astuces :*

- Remplacer l'extrait de vanille par une gousse, le flan sera plus blanc, mais aussi tacheté des graines de vanille
- Pour faire un caramel : 5 c.à.s de sucre en poudre + 4 c.à.s d'eau. Mettre le sucre dans une casserole puis faire fondre à feu doux jusqu'à ce qu'il se colorise. Ajouter 2 c.à.s d'eau chaude, mélanger pour faire fondre l'ensemble. Ajouter encore de l'eau pour obtenir la consistance voulue

