

Flan au caramel

Recette pour 6 à 8 personnes

pour le flan

1 litre de lait entier
8 œufs
1 C à soupe de fécule de maïs
150 g de sucre de canne
1 C à café de vanille liquide (facultatif)
1 pincée de sel

pour le caramel

80 g de sucre
2 cuillère à soupe d'eau

Préparation

Préchauffe ton four à 130°C. Places-y un grand plat rempli d'eau très chaude (3 cm d'eau - il servira de bain-marie, donc vérifie ta taille du moule du flan). Beurre un moule d'environ 25 cm de diamètre (en acier de préférence).

Prépare ton caramel : mélange l'eau et le sucre dans une petite casserole, porte à ébullition, surveille bien ton caramel. Quand il commence à brunir, baisse un peu le feu pour ne pas le brûler. S'il est trop brun, il sera amer. Le mieux est de garder ton nez au dessus, dès que ça commence à sentir plus le caramel que le sucre, arrête la cuisson, et verse directement le caramel dans le moule.

Dans un grand saladier, mélange 3 C à soupe de lait avec la fécule de maïs, ajoute les œufs, le sel, la vanille et mélange au fouet quelques secondes, ne fais pas trop mousser.

Fais chauffer le reste du lait avec le sucre, porte à ébullition. Quand le lait bout, verse-le sur les œufs tout en fouettant énergiquement pendant 30 secondes (il faut vraiment battre tout en versant le lait).

Verse dans le moule, mets le moule dans le bain-marie au four. Laisse cuire environ 1 heure. Laisse refroidir le flan dans le four éteint et fermé (environ 1 heure). Tu peux alors le laisser refroidir à température ambiante. Quand il est froid, au réfrigérateur pour 12 heures au minimum (24 heures c'est l'idéal).

Pour démouler, décolle les bords à l'aide d'un couteau ou d'une spatule en silicone. Trempe le dessous du moule dans de l'eau chaude pendant quelques secondes. Pose un plat de service dessus. Retourne et démoule.

