



À consommer sous 4 jours

L'île flottante en trompe l'oeil



Photo non contractuelle



Préparation : 30'
& cuisson : 10'

Niveau de difficulté :

Dans votre placard : sel, poivre, huile neutre.

Le matériel nécessaire : 1 micro-onde, 1 batteur électrique (ou 1 fouet), verrines ou verres à eau, 1 casserole, 2 saladiers.

	2 pers.	4 pers.	Origine
Lait*	10 cl	20 cl	France
Crème liquide*	10 cl	20 cl	France
Marmelade*	60 g	120 g	La Réunion
Sucre blanc	40 g	80 g	La Réunion
Oeuf Kokot	2	4	La Réunion
Extrait de vanille	1 ml	2 ml	La Réunion
Graine de chia	1 g	2 g	Asie

* : ingrédients à conserver au frais

Allergènes : Oeuf, lactose

① La préparation

- Dans une petite casserole, mélangez le lait et la crème puis portez l'ensemble à ébullition. (Gardez un œil dessus, car cela peut vite déborder !).
- Dans deux saladiers, séparez le blanc du jaune de l'oeuf (attention pas du tout de jaune avec le blanc, l'inverse n'est pas trop grave).

② La suite

- Dans le saladier avec les jaunes d'oeufs, ajoutez les $\frac{3}{4}$ de sucre blanc puis mélangez fortement (on appelle cela blanchir les oeufs).
- Ajoutez ensuite le mélange lait/crème, et l'extrait de vanille Bourbon à votre préparation et mélangez énergiquement.
- Remettez tout dans la même casserole puis chauffez l'ensemble à feu doux pendant 5 minutes, sans arrêter de remuer. Dès la première bulle d'ébullition, débarrassez immédiatement dans votre saladier et mettez au frais.

③ La cuisson

- Dans la cuve de votre batteur, déposez les blanc d'oeufs et le restant de sucre. Montez les blancs à haute vitesse pour plus de fermeté. Une fois qu'ils ont triplé de volume, ajoutez une petite pincée de sel fin, afin de les fixer. Vous pouvez retourner votre cuve, les blancs ne doivent pas bouger.
- Débarrassez sur une assiette et faites-les cuire pendant 15 à 20 secondes, puissance maximum au micro-onde. Vérifiez la cuisson à l'aide de votre doigt, il doivent être fermes au touché.

④ Le dressage

- Dans un verre à eau ou une verrine, répartissez la crème anglaise dans le fond. Surmontez-la de blanc monté en neige en formant une sorte de petit nid, un creux au centre. Puis déposez enfin une belle cuillère de marmelade au centre pour représenter le jaune d'oeuf. Terminez par quelques graines de chia pour remplacer le poivre.