

CREME ANGLAISE

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Ingrédients (pour 50 cl) :

- 4 jaunes d'œuf
- 50 g de sucre
- 50 cl de lait demi-écrémé
- 1 gousse de vanille
- 1 cuillère à soupe de maïzena

Préparation de la recette :

Porter à ébullition le lait en ayant pris soin d'y plonger la gousse de vanille fendue en deux dans sa longueur.

Laisser ensuite infuser pendant 10 min, puis retirer la gousse de vanille, et récupérer les grains en la grattant.

Délayer ceux-ci dans le lait.

Dans une seconde casserole, fouetter activement les jaunes d'œuf et le sucre afin que le mélange blanchisse.

Incorporer ensuite petit à petit le lait et rendre l'appareil bien homogène avec le fouet.

Ajouter ensuite la maïzena et réchauffer le mélange à feu moyen.

Sans cesser de remuer, guetter le moment où la crème s'épaissit.

Ne pas laisser bouillir.

Retirer du feu et fouetter activement.

Réserver dans une saucière au réfrigérateur.