

<http://www.recettesdusudfaciles.com>

## ILE FLOTTANTE



### Ingrédients : pour 4 personnes

étape 1 : la crème anglaise

- 50 cl de lait
- 1 gousse de vanille
- 4 jaunes d'oeufs
- 100 g de sucre

étape 2 : les "îles"

- 50 cl de lait
- 4 blanc d'oeufs
- 1 sachet de sucre vanillé

étape 3 : la décoration au caramel

- 100 g de sucre
- 4 c. à soupe d'eau

étape 1 :

Préparez une crème anglaise : faites chauffer le lait avec la gousse de vanille fendue en deux. Lorsque le lait bout, ôtez-le du feu et laissez infuser la vanille.

Fouettez les jaunes d'oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Retirez la gousse de vanille du lait et versez-le sur les oeufs en fouettant sans arrêt.

Versez la crème dans une casserole et portez sur feu doux en mélangeant avec une cuillère en bois. Au bout d'une dizaine de minutes, la crème épaissit et nappe la cuillère : versez dans un saladier et laissez refroidir. Remuez de temps en temps pour éviter la formation d'une peau en surface. Laissez reposer une heure au réfrigérateur.

étape 2 :

Faites chauffer le lait dans une casserole large. Battez les blancs d'oeufs en neige ferme. Ajoutez le sucre vanillé et continuez de battre quelques instants.

Avec une cuillère à soupe déposez des boules d'oeufs à la neige dans le lait bouillant et laissez cuire 3 minutes en les retournant à mi-cuisson.

Déposez les "îles" dans chaque assiette. Versez doucement la crème anglaise.

étape 3 :

Versez le sucre dans une casserole avec l'eau et faites fondre jusqu'à obtention d'un caramel blond. Versez le caramel brûlant sur les oeufs en neige en formant des arabesques et servez.