

Crème catalane accompagnée d'une salade de mangue et d'orange



PRÉPARATION

CRÈME CATALANE

Porter à ébullition le lait avec les zestes d'orange sans cesser de remuer. Retirer la casserole du feu.

Avec le batteur électrique, battre les jaunes d'œuf et le sucre jusqu'à obtention d'un mélange crémeux. Ajouter lentement le lait chaud à la crème ainsi obtenue, sans cesser de remuer. Verser la préparation dans la casserole.

Délayer la fécule de maïs dans 0,5 dl de lait et bien mélanger avec la préparation de base.

Faire chauffer la crème catalane avec précaution à feu très doux et sans cesser de remuer, jusqu'à obtention d'une crème épaisse. La crème ne doit pas bouillir.

Au besoin, passer la crème au chinois. Répartir la crème encore tiède dans les ramequins en terre cuite passant au four, recouvrir ces derniers de film alimentaire et les mettre au frais pendant au moins 2 heures.

Astuce: la crème se conserve 2 à 3 jours au réfrigérateur.

SALADE DE MANGUE ET D'ORANGE

Couper la moitié des mangues en éventail. Couper l'autre moitié en petits dés. Arroser d'un peu de jus de citron.

Peler toutes les oranges à vif. À l'aide d'un petit couteau pointu, lever les suprêmes dans un saladier et récupérer le jus.

Bien presser les bases afin d'en récupérer également le jus.

Porter à ébullition le jus d'orange avec le sucre vanillé, le sucre, la cardamome, l'anis étoilé et les zestes d'orange. Laisser mijoter jusqu'à obtention d'un sirop.

Répartir les suprêmes d'orange dans des ramequins en verre et napper de sirop d'orange.

À LA MINUTE

Avant de servir, saupoudrer la surface de sucre en couche régulière. Passer le sucre au chalumeau jusqu'à ce qu'il caramélise.

DRESSAGE

Servir la crème catalane avec les salades de fruits.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

CRÈME CATALANE

5dl de lait entier, réserver env. 0,5 dl

½ orange bio, son zeste

4 jaunes d'œuf

80g de sucre fin

20g de fécule de maïs

CROÛTE DE SUCRE CARAMELISÉE

4 cs de sucre grossier pour la croûte

SALADE DE MANGUE ET D'ORANGE

4 mangues épluchées et dénoyautées

Un peu de jus de citron

2 oranges bio, leurs zestes

4 oranges

1 sachet de sucre vanillé

20g de sucre fin

2 graines de cardamome

1 anis étoilé

OUTILS

Zesteur

Tamis fin

4 ramequins allant au
four d'env. 2 dl chacun

Chalumeau

Batteur électrique