Île flottante au caramel

Des blancs en neige pochés sur une crème anglaise, nappés d'un fin filet de caramel. Un dessert de grand-mère, tout léger.

6 personnes	30 min préparation	20 min cuisson	50 min au total	moyen niveau

Ingrédients

- 6 œufs (jaunes et blancs séparés)
- 500 ml de lait
- 140 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- 60 g de sucre pour le caramel
- 1 c. à soupe d'eau

Préparation

1. Placer le papillon dans le bol, ajouter les blancs et 60 g de sucre, puis monter en neige ferme.
   4 min / vitesse 3
2. Pocher les blancs par grosses cuillerées dans une casserole d'eau frémissante, 2 minutes par face. Égoutter.
3. Rincer le bol, ajouter le lait et la vanille, puis chauffer.
   4 min / 80°C / vitesse 2
4. Ajouter les jaunes et 80 g de sucre et cuire la crème anglaise.
   7 min / 80°C / vitesse 3
5. Verser la crème dans un plat creux et poser les îles dessus.
6. Chauffer le sucre et l'eau dans une petite casserole jusqu'à coloration blonde et napper les îles.

Le conseil de Tiha
Pour pocher plus vite, cuis les blancs 1 minute au micro-ondes par petites cuillerées.

Conservation : 1 jour au réfrigérateur.