

Iles flottantes aux pralines roses, caramel au beurre salé |

Recette pour 12 tapas

Description

Voici une recette classique d'ile flottante. Il s'agit d'un duo de crème anglaise et de meringue cuite au four micro-ondes. Le tout est accompagné d'un caramel au beurre salé.

L'astuce du chef

Voici la recette de base d'une crème anglaise. Surveillez bien la cuisson de votre crème pour obtenir une texture onctueuse. La crème doit napper le dos de la cuillère de bois.

Ingrédients

Pour la crème anglaise

- 750 Ml Lait
- 9 Unité(s) Jaune d'œuf
- 150 Gr Sucre
- 1 Gousse(s) Vanille de madagascar
- 2 Cuil. à soupe Pâte de pistache

Pour la meringue

- 10 Unité(s) Blanc(s) d'œuf(s)
- 125 Gr Sucre
- 100 Gr Sucre glacé

Caramel au beurre salé

- 150 Gr Sucre
- 50 Gr Beurre
- 150 Ml Crème 35% à cuisson
- 1 Pincée(s) Fleur de sel

Finitions

- 12 Unité(s) Pralines roses

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **micro-onde** à **212 F°**

Préparation pour la crème anglaise

Dans une casserole, faites chauffer le lait avec la vanille et les pralines. Dans un grand bol, fouettez les jaunes d'œufs, le sucre durant deux bonnes minutes. Incorporez le lait chaud en deux fois, en fouettant. Remettez dans la casserole et cuire à feu doux en remuant constamment à la cuillère de bois jusqu'à ce que le mélange nappe le dos de la cuillère. Réfrigérez.

Préparation pour la meringue

Montez les blancs d'oeufs jusqu'à l'obtention de pics mous. Ajoutez graduellement le sucre et continuez à mixer jusqu'à l'obtention d'une meringue brillante et ferme. À la spatule, ajoutez le sucre glace en pliant. À l'aide d'une poche à pâtisserie ou avec une cuillère, remplissez de meringue les ramequins beurrés et cuire au four micro-ondes, 30 secondes ou une minute suivant la grosseur et la puissance du micro-ondes.

Dès que la meringue commence à se fendre, elle est cuite. Démoulez les îles flottantes sur un linge propre et gardez-les au frigo.

Caramel au beurre salé

Dans une casserole, cuire le sucre à sec, jusqu'à ce qu'il prenne une coloration blonde. Ajoutez le beurre et mélangez. Ajoutez la crème chaude, fouettez et portez à ébullition environ deux minutes jusqu'à ce que la préparation soit lisse et homogène. Idéalement, passez la sauce dans un chinois.

Montage de l'assiette

Concassez sous une casserole les pralines roses pour la finition

Dans une coupe à dessert, versez la crème anglaise. Déposez les îles refroidies et bien épongées, arrosez de caramel au beurre salé, parsemez d'éclats de pralines roses.

Bon appétit!