

FLANS

★ de la Havane ★



Pour une version moins sucrée, utilise du lait concentré non sucré !



La liste de courses

pour 6 flans

- 2 œufs
- 20 cl de lait concentré sucré
- 20 cl de lait de coco
- le zeste râpé d'1/2 citron vert
- 1 pincée de muscade
- 1/2 gousse de vanille grattée (ou 1 petite cuillère à café d'extrait de vanille)
- 30 g de sucre pour le caramel



un grand bol



un grand plat



Six petits ramequins

1



Bats les œufs entiers en omelette mousseuse.

2



Ajoute le lait concentré en mélangeant bien. Verse ensuite le lait de coco et mélange encore.

3



Ajoute le zeste de citron râpé, la muscade et la vanille. Mélange bien.

4



Répartis le sucre en couche fine au fond d'une poêle à fond épais. Laisse fondre à feu doux.

5



Quand le sucre commence à dorer, éteins le feu. Ne le laisse pas trop brunir : il deviendrait amer. Dépose une cuillère de caramel dans chaque moule.

6



Verse dans les petits moules le mélange du flan.

Dépose les moules dans un grand plat à demi rempli d'eau chaude, pour créer un bain-marie

7



Enfourne pour 30 à 40 min à 180°C. Vérifie la cuisson avec une lame de couteau.

8



Laisse tiédir tes flans avant de les démouler. Mets-les au frais 1h avant de les déguster !