

Myriam Hurni

Flans aux foins et à la confiture de lait

Ingrédients

1 petite poignée de foins bio
5 dl de lait entier de préférence cru
50 gr de sucre
3 œufs battus
75 à 100 gr de confiture de lait
1 dl de crème entière à fouetter
1 à 2 Bricelets
1 à 2 meringues
Fleurs (ce qu'il vous fait plaisir pour décorer)

Matériels :

6 moules pour flan

Préparation

Le soir d'avant, chauffer le lait ajouter le foin, infuser 30 minutes puis stocker au réfrigérateur pour la nuit.

Recouvrir le fonds des moules avec 3cc de confiture de lait, les poser dans la plaque de cuisson.

Battre les œufs avec le sucre.

Filtrer le lait avec une passoire dans une casserole.

Réchauffer le lait jusqu'à une température de 40°.

Verser le lait, petit à petit dans le mélange œufs-sucre.

Verser délicatement le mélange dans les moules préparés.

Enfourner les moules dans le four à vapeur (sur la plaque perforée) pour 25 minutes à 90° vapeur. (Il est aussi possible de réaliser cette recette dans un four conventionnel en réalisant un bain marie.)

A la fin de la cuisson, les flans doivent être pris, mais tremblotants.

Recouvrir chaque moule de cellophane puis stocker quelques heures au réfrigérateur.

Détacher précautionneusement le bord des flans avec un couteau, les renverser sur une assiette.

Ecraser les bricelets et meringues.

Décorer avec les brisures bricelets-meringues, de crème entière fouettée, de fleurs...



Gagnante du "Dîner à la Ferme" Saison 4, "Au Clair de Lune" ferme et
laiterie biodynamiques
1680 Romont
+41 (0)79 352 10 60