CREME ANGLAISE AU LAIT VEGETAL

Cette crème anglaise est plus légère qu'avec du lait animal et oriente son goût en fonction du lait végétal choisi. La texture est identique à une crème anglaise classique, pour accompagner un gateau, du fruit comme la banane ou encore pour réaliser des îles flottantes.

1 oeuf
130 ml lait d'amande (ou autre lait végétal)
15 gr sucre de canne
vanille liquide

10 minutes
1-2 portions

1. Mélanger le jaune d'oeuf avec le sucre vivement.

2. Faire chauffer le lait d'amande sans bouillir, et ajouter la vanille.

3. Puis verser sur le mélange oeuf-sucre et bien remuer le tout.

4. Reverser ce mélange dans la casserole pour cuire à feu doux sans cesser de remuer pendant 2 à 4 minutes, jusqu'à ce qu'on obtienne une crème assez fluide qui épaissira un peu en refroidissant. Ne pas laisser cuire trop longtemps, sinon le jaune d'oeuf flocule (granulés qui apparaissent)

5. Vérifier que la crème se fait, dès que le liquide tend à napper la cuillère en bois, au point qu'il ne coule pas si l'on passe un doigt dessus (l'empreinte reste).

6. De plus on remarque que les bords de la casserole sont aussi nappés. A ce state il faut sortir du feu immédiatement et laisser refroidir dans un bain marie glacé si possible.