

FLAN AUX POMMES

Août 2007 (Actualisé en janvier 2017)

Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 600 g de pommes golden
- ★ 50 cl de lait demi-écrémé
- ★ 4 œufs
- ★ 60 g de beurre (50 + 10)
- ★ 70 g de sucre en poudre
- ★ 2 cuillères à soupe de cassonade
- ★ 1 sachet de sucre vanillé (vanille naturelle)
- ★ 10 gouttes d'extrait de vanille naturelle liquide
- ★ 2 pincées de cannelle en poudre

Ustensiles : Plat à four en terre ou Moule à manqué, Casserole, Poêle, Jatte, Bol, Fouet

Préparation : 15 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 55 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 2,40 € (soit 0,40 € par personne)



Recette :

Beurrer un moule à manqué ou un plat rond à gratin en terre et mettre au réfrigérateur. Couper les pommes en 4, retirer le cœur et les pépins, peler chacun des quartiers et les couper en deux. Dans une grande poêle, faire fondre 50 g de beurre à feu moyen, ajouter les quartiers de pommes, saupoudrer avec la moitié de la cassonade et faire caraméliser à feu doux pendant 10 minutes en retournant les pommes régulièrement; ajouter le reste de cassonade à mi-cuisson. Préchauffer le four à thermostat 6/7 (190°C) durant 10 minutes.

Porter à ébullition le lait dans une casserole avec le sucre vanillé et l'extrait de vanille et arrêter aussitôt la cuisson. Dans une jatte battre 2 œufs entiers (cassés un par un dans un bol) avec les jaunes des deux autres et le sucre en poudre pendant 2 minutes. Ajouter le lait chaud, une pincée de cannelle et fouetter jusqu'à obtenir un appareil homogène.

Disposer les morceaux de pommes dans le plat à gratin, verser délicatement la préparation et mettre à four chaud pour 45 minutes. Sortir du four et saupoudrer d'une pincée de cannelle. Servir tiède ou froid. Découper directement dans le plat.

Boisson :

Un Crémant d'Alsace. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.