

Flan pâtissier Erymien



Pour 6 personnes avec un moule de 22-24cm de diamètre à bords hauts (5 cm)

J'ai pris un moule de 22 cm

Préparation : 1 heure environ

Cuisson : 40 minutes (35 minutes + 5 minutes position gril)

Pâte semi-feuilletée express allégée

- 250 g de farine
- 240 g de petits suisses (4 pots). *J'ai pris du 0%*
- 70 g de beurre mou + 30 g en lamelles
- 1 pincée de sel
- 2 sachets de sucre vanillé
- Un peu d'eau froide si nécessaire. *Pas mis*

La garniture

- 1 l de lait demi-écrémé
- 3 oeufs
- 160 g de sucre
- 100 g de Maïzena
- 2 sachets de sucre vanillé
- 3 c à c d'extrait de vanille (*extrait de vanille d'Histoire de goût*)
- 1/2 c à café de vanille en poudre (ou une gousse de vanille)

La pâte

Mélanger la farine, les petits suisses, les 70 g de beurre mou, le sel et le sucre vanillé. Ajouter un peu d'eau si nécessaire. Je n'ai pas eu besoin. Former une boule, l'envelopper dans un film étirable et réfrigérer 15 minutes.

Étaler la pâte sur un plan de travail fariné en rectangle. Déposer au centre les lamelles des 30 g de beurre restant. Replier le rectangle en 3 (un côté sur le beurre, puis l'autre sur la partie qu'on vient de replier), réétaler en rectangle puis replier en 3 (cf la technique du feuilletage). Filmer et réfrigérer 15 minutes.

Étaler la pâte dans l'autre sens en rectangle, replier en 3 de nouveau, réétaler dans l'autre sens, replier en 3 de nouveau, filmer et réfrigérer 15 minutes.

Abaisser la pâte, fonder le moule préalablement beurré et fariné, piquer le fond et les bords avec les dents d'une fourchette. Réfrigérer le temps de préparer la garniture. Préchauffer le four à 180° C (160° C pour moi).

La garniture

Au fouet électrique, battre les oeufs avec la Maïzena, l'extrait de vanille et 125 ml de lait (prélevés du litre de lait) dans un saladier.

Verser le lait restant dans une casserole, avec le sucre vanillé, le sucre, la vanille en poudre (ou la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et grattée). Porter à ébullition. Verser le lait sucré vanillé bouillant sur la préparation aux oeufs tout en battant au fouet (*attention aux éclaboussures*).

Tout reverser dans la casserole, remettre sur feu très doux sans cesser de remuer à la spatule en bois. Laisser frémir quelques secondes, pas plus, il faut que la préparation soit légèrement épaissie. *La crème nappe la cuillère.*

Sortez le moule du frigo. Verser la préparation sur la pâte (en retirant la gousse de vanille si vous en avez mis une) et enfourner pour 40 minutes à 180° C. Couvrir d'alu si nécessaire les 5 dernières minutes. Laisser complètement refroidir avant de démouler. *Le mien a cuit en 35 minutes avec 5 minutes en position gril.*

Conserver au réfrigérateur.

Source : *Eryn et sa folle cuisine*

<http://erynfollecuisine.canalblog.com/>