

Le coup de main: la crème catalane

Tout le secret de ce dessert réside dans la mince couche de caramel croquant au-dessus. La caramélisation doit être réalisée juste avant de servir de sorte que la crème soit dégustée chaude.



Silvia Amaudruz

est enseignante d'économie domestique et cuisinière passionnée. Elle gère une exploitation agricole avec son mari au Mont-sur-Lausanne.

En cas de question, de problème ou de suggestion dans le domaine culinaire, n'hésitez pas à contacter Silvia Amaudruz.

Producteurs Suisses de Lait PSL
Rédaction LE MENU
Weststrasse 10
3000 Berne 6
conseilsrecettes@lemenu.ch

Autres recettes pas à pas à l'adresse

www.lemenu.ch/lecoupdemain



1 Porter à ébullition dans une casserole le lait avec la crème, la pulpe et la gousse de vanille ainsi que le zeste de citron. Retirer la casserole du feu et couvrir. Laisser infuser 15 min. Enlever la gousse de vanille et le zeste de citron.



2 Battre dans un bol au fouet les jaunes d'œuf avec le sucre jusqu'à ce que le mélange fasse le ruban. Incorporer la fécule de maïs ainsi que le mélange de lait et de crème en remuant au fouet. Verser le tout dans la casserole soigneusement lavée.



3 Porter au seuil d'ébullition sur feu modéré sans laisser bouillir en remuant constamment au fouet.



4 Transvaser immédiatement dans les ramequins. Laisser refroidir, puis entreposer à couvert 2 h au réfrigérateur.



5 Saupoudrer la crème de sucre et caraméliser directement 3–5 min sous le serpent du four préchauffé au max.



6 Laisser refroidir quelques instants et servir.

Crème catalane

Pour 4 personnes

4 ramequins réfractaires d'env. 1,5 dl de contenance

préparation: env. 35 min

réfrigération: 2 h

	3 dl	de lait
	2 dl	de crème entière
	1	gousse de vanille, pulpe raclée et gousse
1 morceau		de zeste de citron finement levé
	5	jaunes d'œuf
	5 cs	de sucre
	2 cs	de fécule de maïs

caramélisation:

6 cs de sucre

NOTES

■ Traditionnellement le sucre était caramélisé sur la crème avec un fer chauffé à blanc. De nos jours, on utilise surtout le bec Bunsen ou brûleur à gaz. L'avantage de ces deux méthodes est que le sucre caramélise très rapidement sans chauffer la crème qui est en dessous.

■ La crème catalane ne doit pas être confondue avec la crème caramel, dans laquelle le sucre caramélisé est incorporé dans la crème. Dans la crème catalane, il est étalé sur la surface du dessert puis brûlé.

Variantes épicées

Remplacer la gousse de vanille et le zeste de citron par:

1 1 cc de graines de fenouil concassées au mortier ou 1 cc de fleurs de lavande

■ Porter à ébullition le lait avec la crème et les ingrédients indiqués ci-dessus. Retirer la casserole de la plaque, laisser reposer 30 min, passer au chinois. Reprendre la recette de base à partir du point 2.

2 1 cc de cannelle, 1 pincée de safran ou ½ cc de curcuma, 1 citron vert, zestes finement râpés

■ Porter à ébullition le lait avec la crème et les ingrédients indiqués ci-dessus. Retirer la casserole de la plaque, laisser reposer 15 min, passer au chinois. Reprendre la recette de base à partir du point 2.

NOTE

■ La crème peut également être préparée au cuit-vapeur: remplir les ramequins, couvrir de film alimentaire et cuire 30 min. Laisser refroidir et caraméliser.

