



**Flanby ou crèmes caramel**  
**Pour 18 flanby ou un moule à cake**  
**d'environ 27cm.**  
**Préparation 10 min**

### Recette compatible avec

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Sans gluten | <input checked="" type="checkbox"/> Hyposodé                |
| <input type="checkbox"/> Sans lactose           | <input checked="" type="checkbox"/> Dyslipidémie            |
| <input type="checkbox"/> Végétarien             | <input checked="" type="checkbox"/> Pauvre en FODMAP strict |
| <input type="checkbox"/> Végétalien             |   |

### Ma liste de courses... Chez

#### Le laitier-crémier :

- 1 litre de lait entier
- 8 œufs

#### L'épicier :

- 1 gousse de vanille
- 90 g de sucre en poudre
- Du nappage caramel (vérifiez bien les ingrédients du nappage que vous achetez : il faut juste du sucre voire de l'eau, c'est tout !)

1. Préchauffez le four à 150°.
2. Renversez le lait dans une casserole. Faites-le chauffer avec une gousse de vanille (que vous aurez précédemment ouverte en 2 dans la longueur et dont vous aurez extrait les graines). Ôtez du feu et laissez infuser la gousse dedans.
3. Pendant ce temps, dans une jatte, cassez vos œufs, ajoutez le sucre. Mélangez au batteur électrique pour bien les blanchir (les œufs vont s'éclaircir en les fouettant).
4. Enlever la gousse de vanille du lait chaud et versez sur les œufs tout en fouettant (pour ne pas que les œufs coagulent avec la chaleur du lait).
5. Versez la préparation dans les ramequins ou dans le moule à cake. Posez-le (ou les) dans un grand plat à gratin. Faites bouillir de l'eau et remplissez-y votre plat à gratin jusqu'à mi-hauteur.
6. Faites cuire au bain-marie pour 40 minutes pour les ramequins ou une petite heure si vous mettez votre crème dans un moule à cake. La crème caramel est cuite quand, à la surface, elle est « prise » et qu'avec la pointe d'un couteau, il ressort sec. Filmez à contact vos crèmes (posez du film étirable directement sur les crèmes) pour éviter qu'il n'y ait une peau qui se forme. Dégustez avec un peu de nappage caramel.