



CRÈME CARAMEL COMME AUTREFOIS

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

500 ML DE LAIT ½ ÉCRÉMÉ
4 ŒUFS
70 G DE SUCRE EN POUDRE
5 CL D'EAU
QUELQUES GOUTTES D'ESSENCE DE VANILLE

PRÉPARATION

RÉALISER LE CARAMEL

- Réaliser le caramel à l'aide de la moitié du sucre et de l'eau.
- Le verser dans le ramequin.

RÉALISER LA CRÈME AUX OEUFS

- Faire chauffer le lait.
- Battre vigoureusement les œufs et la vanille avec l'autre moitié du sucre pour le faire blanchir.
- Mélanger le tout en ajoutant le lait petit à petit.

CUISON

- Mettre la préparation dans des ramequins individuels et enfourner à 100°C pendant 1 heure.
- Sortir du four et laisser refroidir.



ALLERGÈNES : LAIT, ŒUF



SUGGESTION DE PRÉSENTATION

DONNÉES NUTRITIONNELLES PAR PORTION

157 kcal - Pour 151g :

Glucides : 20g dont Sucres : 20g,
Lipides : 5,1g dont AG Saturés :
1,9g, Protéines : 7,6g, Sel : 0,2g,
Calcium : 120mg

