FLAN A LA PARISIENNE



Pour 2 personnes - recette standard



Pour 2 personnes - recette avec du lait en poudre



Technique	Justifications	Avec lait en poudre
1. **Préchauffer le four à 210°C** (th. 7) et préparer un **bain-marie chaud** (l'eau devra arriver au 2/3 du moule)		***1-2. Les 2 premières étapes sont similaires à la recette traditionnelle.***
2. Dans une terrine, **battre l'œuf et le sucre**	Dissolution du sucre dans l'eau de constitution de l'œuf	
3. Incorporer la **farine tamisée puis le lait froid et la vanille** en mélangeant	Hydratation de l'amidon	3. Incorporer **la farine, le lait en poudre puis l'eau et la vanille en mélangeant. Le lait en poudre va fluidifier la farine et garantir une préparation sans grumeaux.**
4. Verser la préparation dans un moule chemisé		
5. **Cuire au bain-marie pendant 10 min. à 210°C puis 30 min. à 180°C**	Coagulation rapide des protéines de surface pour éviter la montée de la préparation puis coagulation en masse des protéines	***4-7. Les étapes suivantes sont similaires à celles de la recette traditionnelle***
6. Sortir du four et faire refroidir		
7. Conserver entre 0°C et 3°C		

#boitalait



FLAN A LA PARISIENNE

Définition

Préparation sucrée cuite au bain-marie, liée par la coagulation de l'œuf entier.

Rappels et conditions de réussite

- Un œuf moyen pèse environ 60 g (30 g de blanc, 20 g de jaune et 5 g de coquille).
- Il est important de casser les oeufs un par un pour vérifier leur fraîcheur.

Astuce réussite

- L'utilisation du lait en poudre va **fluidifier la farine et éviter les grumeaux**. De plus, le flan aura une **tenue optimale et une belle coloration**.
- N'hésitez pas à rajouter 2 cuillères à soupe pour maximiser cet effet.

#boitalait