

INGRÉDIENTS:

4 PERS.

4 Oeuf

120 g sucre

1 Sachet Sucre vanillé

50 cl Lait

40 g Sucre glace

2 Poire

4 c. à soupe Caramel

1 c. à soupe Amandes effilées

Ile flottante poire-amande

PRÉPARATION :



Préparation

15 min

Cuisson

10 min

1.

Préparez la crème anglaise : séparez les blancs des jaunes d'oeufs, réservez les blancs. Battez les jaunes avec le sucre et le sucre vanillé jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

2.

Faites bouillir le lait et incorporez le mélange jaunes-sucre. Laissez cuire 10 minutes environ sur feu doux en remuant régulièrement. Versez dans un autre plat pour laisser refroidir.

3.

Préparez les oeufs en neige : montez les blancs en neige bien ferme, en incorporant le sucre glace délicatement. Séparez en 4 gros morceaux. Dans une casserole d'eau bouillante, plongez ces "îles" 1 minute en veillant à les retourner à mi-cuisson. Réservez.

4.

Epluchez les poires, ôtez les trognons et coupez-les en fines lamelles.

5.

Dans des coupelles ou des bols, versez de la crème anglaise et déposez dessus les îles de blancs d'oeufs. Sur chaque île, disposez des lamelles de poire et nappez de caramel. Parsemez d'amandes effilées.

ASTUCES

Pour cette recette de Ile flottante poire-amande, vous pouvez compter 15 minutes de préparation. Pour en savoir plus sur les aliments de cette recette d'île Flottante, rendez-vous ici sur notre [guide des aliments](#).