



PETITS FLANS DE BELEM

Pour cette recette il faut disposer soit de petits moules à muffins ou à darioles en métal, soit à défaut des moules à muffins en silicone.

Ingrédients pour une douzaine de gâteaux :

250 grs de pâte feuilletée, 250 grs de sucre en poudre, 50 cl d'eau pour le sirop. 1 bâton de cannelle, le zeste d'un citron, 15 grs de maïzena, 25 grs de farine, 2 jaunes d'oeufs, 25 cl de lait

Etaler finement la pâte feuilletée et découper à l'emporte pièce des ronds de la dimension du fond de vos moules, ainsi que des bandes qui en font la circonférence et qui les recouvrent entièrement. Beurrer et fariner les moules, placer les ronds au fond et les bandes tout autour à l'intérieur des moules, avec les doigts légèrement humides faire bien adhérer les pourtours de pâte aux fonds en poussant un peu. Mettre les moules au frais pendant la préparation de la crème.

Pour la crème, faire un sirop avec l'eau, le sucre en poudre, la cannelle et le zeste du citron que vous aurez prélevé au couteau. Laisser bouillir doucement une dizaine de minutes, laisser en attente.

Préchauffer le four à 240°, Prélever une petite quantité de lait et faire fondre dedans la farine et la maïzena. Mettre le reste du à bouillir et hors du feu, ajouter les farines diluées en mélangeant vivement. Ajouter le sirop à la préparation en le filtrant. Laisser tiédir.

Battre les jaunes d'oeufs et les ajouter à la préparation tiédie.

Sortir les moules du réfrigérateur et à l'aide d'une louche, les remplir de crème et mettre à cuire au four pendant 10 mn. Il faut que le dessus soit bien caramélisé, au besoin prolonger un peu la cuisson. Démouler les petits flans lorsqu'ils sont tièdes et saupoudrer d'un peu de sucre glace ou de cannelle en poudre selon les goûts

et régalez vous

Blog : maptitcuisine.canalblog.com