

# Flan aux oeufs

## Dessert



Note : 1

Portions : 10 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson/repos : 35 min

Calories par portion : 226.5 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

## Les ingrédients

- 6.0 u Oeuf
- 150.0 gr Sucre en poudre
- 1.0 l Lait entier
- 15.0 gr Sucre vanillé
- 15.0 u Sucre en morceaux

### Etape 1: Préparation de l'appareil

Dans un saladier battre les oeufs avec le sucre en poudre pour obtenir un mélange moussieux. Dans une casserole faire chauffer le lait avec le sucre vanillé (ou un baton de vanille).

Verser le lait un peu refroidi dans l'omelette et bien mélanger.

### Etape 2: Préparation du flan

Dans une casserole, faire un caramel avec les morceaux de sucre et un peu d'eau. Puis verser le caramel dans un plat allant au four. Verser la préparation au dessus du caramel.

### Etape 3: Cuisson

Préchauffer le four à 170°C pendant 10 min.

Cuire 35 min dans un four à 170°C jusqu'à obtenir une croûte dorée régulièrement.