

Crumble de poisson aux poireaux

Ingrédients

500g de dos d'églefin
500g de poireaux
1 oignon
10cl de crème liquide
1 c à soupe de curry
100g de farine
100 g de parmesan
80g de beurre

Déroulement

Emincer finement les poireaux
Dans une sauteuse, faire revenir l'oignon dans un filet d'huile d'olive
Ajouter les poireaux émincés et laisser cuire
A feu doux jusqu'à ce qu'ils soient bien fondants.
Une fois les poireaux fondants, verser la crème liquide ainsi que le curry, puis mélanger.
Allumer le four à 180°
Préparer la pâte à crumble en émiettant du bout des doigts
Déposer les poireaux dans le plat, ajouter le poisson cru s'il est de fine épaisseur, sinon faites-le juste précuire au micro-ondes ou pocher qq minutes, remettre une couche de poireaux et émietter la pâte à crumble dessus
Enfourner pour 40mn de cuisson à 180°

Crème caramel au lait concentré sucré

Ingrédients

1 boîte de lait concentré sucré
3 oeufs
370 ml de lait
1 cuillère à café d'extrait de vanille

Caramel

100 gr sucre
1 c à soupe d'eau

Déroulement

Préparez le caramel en cuisant le sucre avec un peu d'eau.
Nappez vos ramequins, sinon un moule avec ce caramel.
Dans un saladier, ou un cul de poule versez le lait concentré sucré.
Ajoutez les oeufs, fouettez un peu, avec un batteur ou un fouet électrique.
Ajoutez le lait et l'extrait de vanille.
Remplissez les ramequins.
Prenez un moule allant au four, en inox, ou alors en un moule en pyrex, placez dedans les ramequins
Mettez le moule avec les ramequins au four, et à ce moment versez dedans un peu d'eau chaude si possible

Laissez cuire, jusqu'à ce que, en essayant de faire bouger les ramequins, vous remarquerez que seulement le coeur du flan tremble délicatement, donc tout va dépendre de la taille de vos ramequins, 1h à 1h15