



## Flans à la crème de speculoos



*Faisant rarement les courses en supermarché, j'ai peu de produits laitiers frais dans mon réfrigérateur; du fait de leur date de péremption rapide. J'achète par contre une dizaine de litres de lait ou de boissons végétales à chaque fois, ce qui me permet de composer selon mes envies du moment de multiples crèmes, flans ou yaourts en tout genre. Toujours simples à réaliser, ces desserts lactés peuvent être épaissis avec de l'amidon ou gélifiés (avec de la gélatine de porc ou une algue : l'agar-agar). Ici, j'ai fait un petit mix des deux techniques, très peu d'amidon de maïs qui donne une onctuosité que n'apporte pas l'agar-agar. Cette algue s'utilise avec parcimonie car elle a un fort pouvoir gélifiant. Non calorique, sans goût ni odeur, elle est - je trouve - plus simple d'utilisation car elle résiste mieux à la chaleur que la gélatine ; il faut d'ailleurs la faire bouillir dans la préparation puis laisser refroidir le tout pour qu'elle épaississe.*

### Ingrédients (pour 4 flans) :

- 1/2 L de lait
- 50 g de pâte de speculoos
- 4 cuil à soupe de sirop d'agave
- 1 cuil à soupe de maïzena
- 2 biscuits Bastogne
- 2 g d'agar-agar

### Préparation :

Mélanger le lait avec la maïzena, le sirop d'agave et l'agar. Verser dans une casserole à fond épais et porter sur feu moyen jusqu'à ce que le lait frémisses. Remuer et laisser quelques minutes à petit bouillon (surveiller pour que le lait ne déborde pas).

Hors du feu, ajouter la pâte de speculoos et mélanger le tout pour obtenir une crème onctueuse.

Verser le mélange encore chaud dans des ramequins individuels. Laisser refroidir et entreposer au moins 3 H au réfrigérateur.

Servir les flans démoulés, parsemés de brisures de biscuit

*Le 10 Mars 2010 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances*

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2010/03/10/index.html>