

Le flan



Personnes :

6-8



Préparation :

1h



Repos :

Congélation : 2h
Réfrigération : 12h



Cuisson :

Température : 160-165°C
Temps : 1h15-30

Matériel spécifique

Cercle 20x6 cm ou 22x5 cm

Cercle 20x6 cm ou 22x5 cm

Liste des préparations

- ✓ Pâte Brisée
- ✓ Appareil à flan



Les étapes

J - 1

☞ **Réalisation de la pâte brisée**

Repos 2h minimum au réfrigérateur

Page **3**

☞ **Foncer la pâte**

Repos 2h minimum au congélateur

Page **3**

☞ **Réalisation de l'appareil à flan**

Page **4-5**

☞ **Montage**

Repos 4h minimum au réfrigérateur

☞ **Cuisson 1h00-30 à 160/165°C**

Repos 6-8h au réfrigérateur

Jour J

☞ **Dégustation**

La pâte brisée (Jacques Genin)

Ingredients

- ☑ 250 g de farine
- ☑ 180 g de beurre mou
- ☑ 4 g de sel fin
- ☑ 5 g de sucre en poudre
- ☑ 20 g de jaune d'œuf (x1)
- ☑ 50 g de lait

- Sortir le beurre du réfrigérateur au moins 2h avant de commencer la recette afin de le ramener à température ambiante.
- Placer dans la cuve du robot muni de la feuille :
 - la farine tamisée (250 g),
 - le sucre (5 g),
 - le sel (4 g)
 - et le beurre coupé en morceaux (180 g).
- Mélanger à vitesse lente durant quelques minutes pour obtenir une texture sableuse.
- Pendant ce temps, mélanger dans un petit récipient, 20 g de jaune d'œuf (1 gros œuf) et 50 g de lait.
- Puis verser cette mixture à la pâte et mélanger jusqu'à obtention d'un mélange homogène.
- Filmer au contact la pâte en formant un disque et réserver au réfrigérateur au minimum 2 heures.
- Fariner un plan de travail et abaisser à 3 mm la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. (et de règles épaisseur 3 mm)
- Beurrer et fonder un moule à bord assez haut (6 cm) et d'un diamètre d'environ 20 cm (ou 22x5 cm).
- Placer le moule au congélateur. Il est conseillé de laisser la pâte 2-3h au congélateur pour obtenir une pâte croustillante et presque sablée.



Le flan (Stéphane Glacier)

Ingredients

- 750 g de lait entier
- 250 g de sucre en poudre
- 60 g de jaune d'œuf (x3-4)
- 150 g d'œuf entier (x3)
- 250 g de crème liquide (30% MG)
- 80 g de poudre à crème (ou maïzena)
- 2 gousses de vanille

- Dans une casserole, verser :
 - 750 g de lait entier (de préférence micro-filtré),
 - 250 g de crème fleurette (30% MG),
 - la moitié du sucre (125 g) et ...
 - les 2 gousses de vanille fendues et grattées.
- Faire bouillir sur feu moyen.
- Laisser infuser 30 minutes.
- Fouetter les œufs (150g d'œufs entiers + 60g de jaunes d'œufs) et le reste du sucre (125 g) jusqu'à ce que tous les grains de sucre aient disparu.
- Ajouter la poudre à crème (ou maïzena) (80 g) et fouetter encore.
- Faire de nouveau bouillir le lait/crème.
- Verser la moitié du lait sur les jaunes tout en remuant.
- Reverser progressivement dans la casserole ce mélange sur le lait bouillant.
- Faire épaissir l'appareil hors du feu.
- Remettre sur le feu moyen et faire bouillir tout en fouettant et en maintenant l'ébullition 2 minutes. L'appareil à flan doit être lisse.
- Enlever les gousses de vanille.
- Sortir le cercle à tarte du congélateur et verser la crème chaude sur la pâte.
- Laisser refroidir au réfrigérateur (au minimum 4h) avant d'enfourner à 160°C durant environ 1h15 à 1h30 (le flan doit gonfler légèrement et devenir brun sur le dessus).
- Appliquer un nappage neutre ou un peu de confiture d'abricot à l'aide d'un pinceau à la sortie du four.
- Laisser refroidir au frigo durant 6/8 heures avant de déguster.



Le flan (Quentin Lechat)

Ingredients

- ☑ 715 g de lait entier
- ☑ 155 g de sucre en poudre
- ☑ 165 g de jaune d'œuf (x8-9)
- ☑ 200 g de crème liquide (30% MG)
- ☑ 60 g de poudre à crème (ou maïzena)
- ☑ 100 g de beurre demi-sel
- ☑ 2 gousses de vanille

- Ajouter 715 g de lait entier (de préférence micro-filtré) et 2 gousses de vanille fendues et grattées dans une casserole.
- Faire bouillir sur feu moyen.
- Laisser infuser 30 minutes.
- Fouetter les jaunes d'œufs (165 g) et le sucre (155 g) jusqu'à ce que tous les grains de sucre aient disparu, ajouter la poudre à crème (ou maïzena) (60 g) et mélanger jusqu'à obtenir un appareil homogène et lisse.
- Faire bouillir le lait infusé.
- Verser la moitié du lait sur les jaunes tout en remuant.
- Reverser progressivement ce mélange dans la casserole sur le lait bouillant.
- Faire épaissir l'appareil hors du feu.
- Remettre sur le feu moyen et faire bouillir tout en fouettant et en maintenant l'ébullition 2 minutes.
- Hors du feu ajouter le beurre demi-sel coupé en cubes et froid (100 g), ainsi que la crème liquide (200 g).
- Bien mélanger à l'aide du fouet. Enlever les gousses de vanille.
- Sortir le cercle à tarte du congélateur et verser la crème sur la pâte.
- Laisser refroidir au réfrigérateur (au minimum 4h.) avant d'enfourner à 165°C durant environ 1h à 1h15 (le flan doit gonfler légèrement et devenir brun sur le dessus).
- A la sortie du four, appliquer un nappage neutre ou un peu de confiture d'abricot à l'aide d'un pinceau.
- Laisser refroidir au frigo durant 6/8 heures avant de déguster.



❖ Si vous souhaitez un flan plus crémeux : (référence vidéo = 27:20)

Ne versez pas directement l'appareil à flan sur la pâte, mais dans un grand récipient et filmez-le au contact.

Laissez-le refroidir au minimum 4h au réfrigérateur.

Puis fouettez-la à l'aide du robot quelques secondes. Vous pouvez ensuite verser la crème sur la pâte congelée et procéder à la cuisson.

❖ La cuisson : (référence vidéo = 18:30 / 24:58)

A la sortie du four, le flan doit être légèrement tremblotant, mais si le dessus du flan noircit exagérément avant le temps imparti, recouvrez-le d'une feuille aluminium et continuez la cuisson.

❖ Ne jetez pas les gousses de vanille utilisées. (référence vidéo = 29:05)

Lavez soigneusement à grande eau les gousses de vanille. Essayez-les à l'aide d'un papier absorbant et laissez-les sécher quelques jours à température ambiante. Elles doivent devenir cassantes.

Vous pouvez à ce moment les réduire en poudre à l'aide d'un robot coupe ou réaliser un sucre vanillé en respectant un ratio de 1 pour 5 (1 g de vanille pour 5 g de sucre).

❖ Quelques conseils pour éviter que le flan ne soit granuleux !

Si le flan est granuleux, c'est certainement dû aux jaunes qui ont cuit trop rapidement.

Voici donc les conseils que je peux te donner :

- ✓ Quand on ajoute le sucre dans les jaunes, il ne faut surtout pas attendre avant de les mélanger (sinon le sucre cuit le jaune). Il faut donc faire blanchir le tout. (vraiment bien mélanger avec le fouet)
- ✓ Ensuite il faut verser une partie du lait (1/3) sur les jaunes mais assez lentement (toujours en mélangeant sans cesse). Il ne faut pas que les jaunes cuisent avec l'ajout du lait.
- ✓ Puis ajouter les jaunes dilués dans le lait bouillant, toujours lentement et toujours en mélangeant sans cesse !
- ✓ Une fois tout versé dans la casserole, tu la retires du feu et tu continues de mélanger au fouet jusqu'à ce que la crème épaississe bien. Elle devrait être bien lisse à ce moment.
- ✓ Enfin tu remets sur le feu (surtout pas fort), la cuisson doit se faire doucement, tu mélanges encore et encore à l'aide du fouet.
- ✓ Quand la crème commence à bouillir, tu continues pendant 2 minutes. Tu vas voir que la crème va devenir en peu plus liquide en fin de cuisson. Elle doit être bien lisse à ce moment !
- ✓ Evitez d'incorporer trop d'air dans le flan !
- ✓ Enfin n'hésites pas à regarder les conseils du chef S. Glacier ! Il te dit tout ici via cette vidéo :

<https://youtu.be/uzf9cAoIWlo?t=393>