

## L'ŒUF ET LE NID

- **Type de plat** : Dessert
- **Difficulté** : Difficile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 45 min
- **Temps de cuisson** : 30 min
- **Temps de repos** : 4 heures



### Ingrédients pour 4 personnes

#### La crème anglaise à l'orange

- 500 ml de lait entier
- 1 belle gousse de vanille
- 7 jaunes d'œufs
- 70 g de sucre en poudre
- le zeste d'une orange bio (ou non traitée)
- 1 cuillère à café de rhum (facultatif)

#### Le cake « jaune d'œuf » à l'orange

- 1 œuf
- 60 g de farine
- 60 g de beurre pommade
- 60 g de sucre
- le zeste d'1 orange bio (ou non traitée)
- 1 pointe de colorant orange
- 1 pointe de couteau de levure chimique
- 1 cuillère à café de rhum (facultatif)

#### Les blancs en neige

- 5 blancs d'œufs
- 75 g de sucre en poudre
- une pointe de couteau de vanille en poudre

#### Le caramel filé

- 250 g de sucre en poudre
- 50 g de sirop de glucose

#### Le montage

- 4 œufs

### Etapes de préparation

#### La crème anglaise à l'orange

1. Placer le lait, les graines et la gousse de vanille dans une casserole et faire chauffer à feu doux.
2. Parallèlement, fouetter ensemble les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
3. Y déposer le zeste d'une orange.
4. Délayer peu à peu avec le lait chaud, puis replacer le tout sur le feu.
5. Continuer de mélanger à la maryse jusqu'à ce que la crème épaississe légèrement et nappe la cuillère (c'est-à-dire que lorsqu'on fait un trait avec le doigt, la démarcation reste franche).
6. Pour être sûr de ne pas brûler les œufs, utiliser toujours un thermomètre : la crème anglaise ne doit jamais dépasser les 84°C ! Par sécurité, il vaut mieux plutôt même arrêter vers 82°...  
Réserver votre crème au frais en la filmant au contact.

#### Le cake « jaune d'œuf » à l'orange

7. Mélanger tous les ingrédients au fouet.
8. Déposer dans un moule à pop cakes préalablement beurré.
9. Cuire 15 min à 150°C.
10. Réserver.

#### Les blancs en neige

11. Monter les blancs en neige en y incorporant petit à petit le sucre jusqu'à ce que l'ensemble soit ferme et que cela forme un bec d'oiseau.
12. Remplir les empreintes du moule en silicone demi-sphère (diamètre 7 cm).

13. Si comme moi, vous n'avez qu'un moule, il faudra prévoir deux fournées... Vive la cuisson au micro-ondes !
14. (Si vous ne disposez pas de moule en silicone, vous pouvez réaliser l'opération avec des petits bols en forme de demi-sphère).  
Placer le moule au micro ondes pendant 30 à 40 secondes, vérifier la cuisson avec le doigt, cela doit être ferme. De mon côté, j'arrête la cuisson dès que les œufs sont bien montés et qu'ils ne continuent plus à gonfler.
15. Laisser retomber les œufs en neige et mettre les demis-sphères alors durcies sur une assiette (éventuellement les retailler en hauteur si elles ont trop gonflé).

### **Le caramel filé**

16. Faire cuire le sucre et le glucose jusqu'à couleur ambrée.
17. Stopper la cuisson en mettant le fond extérieur de la casserole dans de l'eau froide.  
Verser le caramel en filet dans les 4 bols en porcelaine évasés et préalablement bien beurrés (ou huilés... attention de bien les graisser pour pouvoir démouler les nids qui sont un peu fragiles).
18. Astuce : utiliser une cuillère pour filer le caramel, ne pas commencer le travail avant que le caramel ne tombe en faisant un filet continu, il doit se déposer dans le bol sans faire de goutte.

### **Le montage**

19. Former 4 boules avec les demi-sphères de blancs en neige.  
Avant de fermer les sphères, les creuser légèrement à la petite cuillère puis y déposer un jaune en pop cake.  
Poser ces boules dans chacun des nids en caramel.
20. Percer les 4 œufs avec une aiguille (un petit trou en haut et un trou un peu plus grand, mais pas trop, en bas), puis souffler dans le trou supérieur de chaque œuf, au dessus d'un bol. Le contenu de l'œuf sera ainsi expulsé. Rincer les coquilles à l'eau et les faire sécher.
21. Fermer le petit trou avec une goutte de caramel, puis remplir l'œuf par le trou du bas, avec une seringue contenant la crème anglaise. J'ai essayé au début avec une poche à douille munie d'une douille étroite, mais ce n'était pas du tout commode. La seringue est vraiment l'outil idéal pour cette opération.
22. Une fois l'œuf rempli, boucher le trou du bas avec un peu de caramel, puis le poser sur un coquetier.
23. Et voilà, votre île flottante bien originale est prête à être dégustée.

