

# Recettes de cuisine

## de Mamie Vera

### Préparation

Pour 6 ramequins  
Préparation 10 minutes  
Cuisson environ 30 minutes

Beurrer vos ramequins, et les badigeonner de caramel.  
Préchauffer votre four à 180°C (chaleur tournante).  
Mélanger les oeufs avec le lait concentré sucré, le lait, la noix de coco.  
Verser le mélange dans les ramequins.  
Disposer les ramequins dans un plat allant au four, verser de l'eau à mi-hauteur, et faites cuire au bain-marie environ 30 minutes.  
Vérifier la cuisson, en piquant avec la pointe d'un couteau, la lame doit ressortir sèche.  
Sortir du four les crèmes, laisser refroidir à température ambiante et placer les au réfrigérateur.  
Au moment de servir, passer une lame de couteau autour des bords de vos ramequins avant de démouler.  
Retourner le dessert sur des assiettes individuelles.  
Servez frais.

### Commentaires



Cliquez pour agrandi l'image  
Si vous utiliser du lait concentré non sucré, ajouter 50 g de sucre, 5 g de vanille liquide.  
Petite recette classique de la cuisine créole, gourmande et irrésistible.  
Merci à mon amie Laurence pour cette recette.

### Ajouter un commentaire



### FLAN ANTILLAIS



### Ingrédients

1 boîte de lait  
concentré sucré (400ml)  
Caramel nature "vahiné"  
3 oeufs  
1/2 litre de lait  
demi-écrémé  
ou entier  
100 g de noix de  
coco râpé



