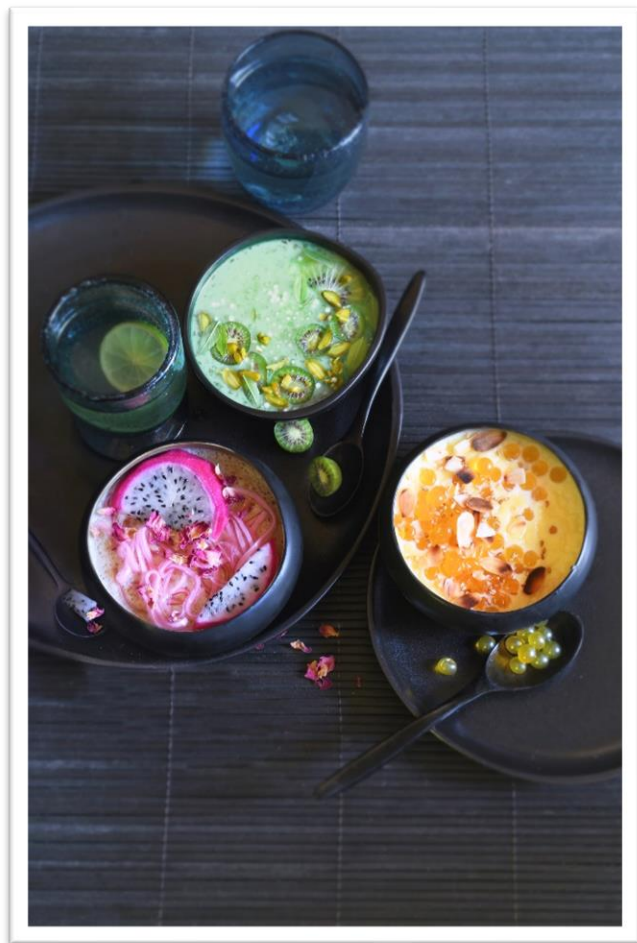


FLANS AU TAPIOCA ET FRUITS EXOTIQUES

Pour 3 personnes – 3 bols

Temps de préparation : 10 à 15 mn

Temps de cuisson : 15 à 20 mn



Ingrédients pour un flan au kiwi

4 cuillères à soupe de perles de tapioca blanc
80 ml d'eau + 1 pincée de sel
150 ml de lait entier
35 g de sucre
4 gouttes de Pandan
1 kiwi bien mixé et filtré
2 mini-kiwis
1 cuillère à soupe de pistaches
Quelques feuilles de verveine ou de menthe

Ingrédients pour un flan à la mangue

4 cuillères à soupe de bubble tea à la mangue.
1/2 mangue, mixée finement
80 ml de lait
2 cuillères à soupe de sucre
1 œuf
1 cuillère à soupe de farine
1 cuillère à soupe de beurre fondu
1 cuillère à soupe d'amande effilées.

Ingrédients pour un flan coco/pitaya

1 tranche de pitaya
1 boule de spaghetti de tapioca rose
80 ml de lait
1 cuillère à soupe de poudre de coco
1 cuillère à soupe de sucre
1 œuf
1 cuillère à soupe de farine
1 cuillère à soupe de beurre fondu
Quelques pétales de roses séchés

Flan au kiwi

Rincer les perles de tapioca et laisser gonfler 5 mn. Les mettre dans une casserole avec l'eau, le sel et le sucre. Cuire 5 mn à petits bouillons, puis ajouter le lait et le pandan, bien remuer, attendre un bouillon et ôter du feu. Lorsque le mélange est tiède, ajouter le kiwi mixé, goûter et ajouter du sucre si besoin. Bien remuer et laisser refroidir 1h. Au moment de servir, décorer avec les pistaches, des rondelles de mini-kiwis et quelques feuilles de verveine ou de menthe.

Flan à la mangue

Mélanger le lait, le sucre, le beurre, l'œuf et la farine ensemble pour obtenir une pâte bien lisse. Ajouter la mangue mixée, mélanger et mettre dans un bol. Ajouter les bubbles tea, et déposer dans le cuit vapeurs pour 15 à 20 mn. Laisser refroidir et au moment de servir, ajouter les amandes effilées passées à la poêle 3 mn pour les torréfier.

Flan coco et pitaya

Faire cuire 10 mn à l'eau bouillante les spaghetti de tapioca.
Parfumer le lait avec la poudre de coco, ajouter le sucre, le beurre, l'œuf et la farine, mélanger pour obtenir une pâte bien lisse. Mettre dans un bol. Ajouter les spaghetti sur le dessus et déposer dans le cuit vapeur pour 15 à 20 mn. Laisser refroidir et au moment de servir, ajouter les morceaux de pitaya et quelques pétales de rose séchés.