

La crème pâtissière parfaite à la fécula de pomme de terre

Pourquoi choisir la fécula de pomme de terre ?

- Obtenez une texture plus légère et une finition plus translucide qu'avec la farine ou la Maïzena.
- Profitez d'une alternative naturellement sans gluten, idéale pour les régimes spécifiques.
- Idéale pour réaliser des crèmes pâtissières délicates et raffinées.

Ingrédients pour 500 ml de lait

- 500 ml de lait entier
- 40 à 45 g de fécula de pomme de terre
- Sucre en poudre (à diviser en deux parts)
- Œufs frais
- Gousse de vanille ou arôme naturel
- Beurre (optionnel, à incorporer en fin de cuisson)

Étapes de préparation

- Mélangez impérativement la fécula avec le sucre avant d'ajouter les œufs pour éviter la formation de grumeaux.
- Portez le lait à ébullition avec la moitié du sucre pour optimiser l'infusion de la vanille.
- Versez la moitié du lait bouillant sur le mélange œufs/sucre/fécula pour créer une émulsion parfaite.
- Reversez le tout dans la casserole et faites cuire à feu doux pendant 1 à 2 minutes sans cesser de fouetter pour activer l'amidon.
- Retirez du feu et incorporez le beurre lorsque la crème atteint une température de 40-50°C.

Conseils de conservation et astuces

- Filmmez la crème au contact avec du film alimentaire étirable dès la fin de la cuisson pour éviter la formation d'une peau en surface.
- Laissez refroidir avant de placer au réfrigérateur.
- Consommez dans les 24 à 48 heures maximum.
- Maintenez la crème à une température constante inférieure à 4°C pour garantir la sécurité alimentaire.