

### Ile flottante Bigourdane



Pour 4 personnes

#### **Crème anglaise :**

4 jaunes d'œuf

50 cl de lait

180 g de **haricots tarbais** cuits \*

1 bouquet garni frais (ou cube)

1 petit morceau de citron confit au sel, haché (équivalent d'une petite cuillère à café)

Sel et poivre

#### **Blancs en neige :**

2 blancs d'œufs

1 citron jaune non traité

#### **Déco :**

4 tranches de poitrine de porc grillées

Pousses germées

Piment d'Espelette

#### **Préparez les blancs en neige.**

Préchauffez votre four à 120 ° (th4).

Nettoyez soigneusement le citron sous un filet d'eau. Prélevez l'équivalent d'une demi cuillère à café rase de zeste à l'aide d'une micro râpe et mettez le dans un saladier.

Pressez le citron et versez 2 cuillères à soupe de jus dans le saladier. Ajoutez les blancs d'œuf, du sel, du poivre et fouettez au batteur électrique. Les blancs doivent être très fermes.

A l'aide d'une poche à douille, garnissez des empreintes en silicone de la forme souhaitée (demi sphère, cube ou autre). Enfournez et faites cuire une dizaine de minutes. Sortez du four et laissez refroidir à température ambiante, puis démoulez lorsque les blancs sont bien froids.

#### **Préparez la crème anglaise.**

Dans un petit saladier, mettez les jaunes d'œuf, salez, poivrez et mélangez au fouet. Portez le lait à ébullition avec le bouquet garni, puis versez doucement sur les jaunes, sans cesser de fouetter. Reversez le tout dans la casserole et mettez sur feu doux pour faire épaissir, sans cesser de mélanger. **Attention, la crème ne doit surtout pas bouillir.**

Lorsque la consistance est bonne, sortez la casserole du feu et versez la crème dans un blender (ou le bol d'un mixer). Ajoutez les haricots tarbais cuits ainsi que le citron confit haché.

Mixez pour obtenir une crème lisse. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

#### **Montage :**

Versez la crème dans les coupes de service, posez un blanc en neige dessus. Saupoudrez de piment d'Espelette, posez quelques graines germées et plantez une tranche de poitrine de porc.

A déguster tiède ou froid.

#### **\* Cuisson des haricots tarbais :**

**Haricots frais** : blanchir les haricots en démarrant à l'eau froide. Lorsque l'ébullition est atteinte, sortir du feu et rafraîchir les haricots à l'eau froide. Relancer une cuisson à l'eau froide avec un bouquet garni et cuire à feu doux 45 minutes environ. Saler à mi cuisson.

**Haricots secs** : Faire tremper les haricots 12 heures dans de l'eau froide (ils vont doubler de volume) puis procéder comme pour les haricots frais.

Source : Véronique Chapacou pour la Chronique du Lecteur