

CRÈME AUX OEUFES AU TOFU ET CARAMEL

Granulométrie modérément épaisse, PU4. Eviter le tofu dans les cancers hormono-dépendants.

Image not found

[https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/162/thumbnails/Creme aux oeufs au tofu et caramel texture.jpg](https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/162/thumbnails/Creme%20aux%20oeufs%20au%20tofu%20et%20caramel%20texture.jpg)

Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 30 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (3 personnes)

- 6cl d'eau
- 70g de sucre semoule
- jus de citron

- 45cl de lait entier
- 20g de sucre semoule
- 60g de tofu soyeux
- 1/2 gousse de vanille
- 5 oeufs

Préparation

Préchauffer le four à 150°C

Dans une petite casserole, faire fondre les 70g de sucre dans l'eau jusqu'à brunissement, sans remuer. Ajouter un filet de jus de citron. Réservez votre caramel liquide à température ambiante.

Faire bouillir le lait avec les 20g de sucre, la vanille et le tofu émietté.

Laisser infuser 5 minutes hors feu. Oter la vanille.

Battre 2 oeufs entiers et 3 jaunes d'oeuf en omelette, verser sur le lait hors feu en fouettant énergiquement.

Verser dans un ramequin que vous placerez au bain marie à mi-hauteur d'eau. Enfourner à 150°C pendant 30 minutes. Laisser refroidir.

Napper de caramel au service.