



1. Pour la **pâte sucrée** : si vous le pouvez, faites-la la veille. Sortez le beurre à l'avance (au moins une heure avant). Tamisez les poudres ensemble : farine, sel, sucre glace, poudres de noisette et d'amande. Mettez-les dans le bol de votre robot. Ajoutez le beurre mou, coupés en dés. Mettez la feuille sur votre robot (batteur plat, cf. photo en bas de page) et sablez le tout jusqu'à ce que vous obteniez des miettes de tailles +/- égales.
2. Ajoutez les œufs et la vanille liquide. Ne travaillez pas trop la pâte, il faut juste que les ingrédients se mélangent, arrêtez dès qu'elle est homogène. Récupérez la pâte, faites une boule avec vos mains et aplatissez-la pour former un disque épais. Filmez et réservez au réfrigérateur pendant au moins 12h00 (si vous n'avez pas le temps, mettez-la 1h00 au congélateur).
3. Beurrez le cercle et mettez-le au réfrigérateur (afin que le beurre fige).
4. Le lendemain, étalez la pâte sur un plan de travail fariné. Découpez un disque de pâte (du diamètre du cercle). Puis faites une bande de pâte de 63 cm de long (ou deux bandes qui feront au moins cette longueur au total) et de 4,5 cm de large (correspondant à la hauteur du cercle). Foncez le cercle en mettant le disque de pâte au fond et les bandes sur les côtés. Appuyez délicatement sur les bandes pour les souder au disque (vous pouvez mettre un peu d'eau avec un pinceau sur le pourtour du disque pour faciliter l'adhérence). Éliminez les éventuels surplus de pâte qui dépassent du cercle à l'aide d'un couteau. Réservez au frais.
5. Pendant ce temps, préparez la **crème** : Coupez le beurre en dés. Réservez-le à température ambiante pour qu'il soit mou lorsque vous l'utiliserez. Avec la pointe d'un couteau, fendez les gousses de vanille en deux dans la longueur. Puis raclez-les, avec le côté non tranchant du couteau, pour extraire les graines. Mettez les graines et les gousses dans une casserole avec le lait et la moitié du sucre (100 g). Mettez à chauffer sur feu moyen jusqu'à ce que le mélange frémissse.
6. Dans un saladier, à l'aide d'un fouet, faites blanchir les œufs avec l'autre moitié de sucre (100 g). Ajoutez la Maïzena et mélangez jusqu'à ce que la préparation soit lisse et homogène. Lorsque le lait commence à frémir, versez-en une petite quantité dans le saladier avec les œufs et délayez l'ensemble.

Assez facile
1h00 de préparation
1h00 de cuisson
Bon marché
Veggie

Ingrédients pour 8 pers. :

Vous aurez besoin d'un cercle de 20 cm de diamètre et de 4,5 cm de haut, d'un robot pâtissier doté d'une feuille, d'un fouet et d'une spatule. Vous aurez également besoin de glaçons pour faire refroidir la crème.

Pour la pâte sucrée :

- 255 g de farine type 55 + un peu pour le plan de travail
- 150 g de beurre
- 2 g de sel
- 105 g de sucre glace
- 15 g de poudre d'amande
- 15 g de poudre de noisette
- 50 g d'œufs
- 5 g de vanille liquide

Pour la crème :

- 200 g d'œufs
- 200 g de sucre semoule
- 100 g de Maïzena
- 665 g de lait entier
- 335 g de crème liquide entière
- 40 g de beurre
- 3 gousses de vanille (de qualité !)

Variantes :

Vous pouvez utiliser uniquement de la poudre de noisette ou de la poudre d'amande (mettez alors 30 g). Vous pouvez remplacer le lait entier par du lait d'amande.



7. Puis reversez le tout dans la casserole avec le lait. Cuire à feu moyen, sans cesser de remuer avec un fouet, jusqu'à ce que le mélange épaississe. Ne laissez pas la crème épaissir trop longtemps (il ne faut pas trop la cuire à ce stade pour qu'elle ne se dessèche pas). Enlevez la casserole du feu et ajoutez la crème liquide et les dés de beurre. Mélangez jusqu'à ce que la crème soit bien lisse.
8. Versez la crème dans un grand récipient plat que vous poserez dans un autre rempli de glaçons (pour la faire refroidir rapidement).
9. Une fois la crème refroidie, versez-la dans le cercle foncé de pâte. Répartissez la crème à l'aide d'une spatule. Raclez l'excédent éventuel de crème avec le tranchant de la spatule.
10. Préchauffez votre four à 170°C à chaleur tournante. Enfournes pour 60 à 70 mn (selon votre four) jusqu'à ce que des taches brunes apparaissent sur le dessus du flan.
11. Attendez au moins 15 mn avant de démouler. Le flan sera plus facile à démouler une fois refroidi que chaud ! Passez la lame d'un couteau tout autour du cercle, avant de l'enlever. Servez le flan à température ambiante.

💡 Le flan se conserve au réfrigérateur. Vous pouvez faire la crème la veille. Vous pouvez congeler la pâte sucrée et la sortir la veille dans le réfrigérateur. Pour une version plus rapide, utilisez une pâte toute prête : sablée, brisée ou feuilletée selon vos goûts. J'utilise celles de la [marque François](#) qui sont délicieuses. Il est important de faire refroidir la crème rapidement car vous ne pouvez pas la laisser à température ambiante trop longtemps (pour éviter tout risque de contamination par des bactéries). Et étant donné qu'elle est trop chaude pour passer au réfrigérateur, la faire reposer sur un lit de glaçons est la meilleure solution. Pour avoir un flan brillant comme ceux des grands pâtissiers, vous pouvez ajouter un nappage. Vous trouverez par exemple chez [G. Detou](#) un « nappage neutre ». Étalez-le au pinceau une fois le flan cuit et refroidi. Vous pouvez également saupoudrer le dessus du flan de poudre de vanille. Pour le fonçage de la pâte, le fait de séparer la base et les bords permet d'avoir un résultat parfait mais bien entendu vous pouvez également foncer la pâte en un seul morceau. Pour faire un bon flan, il faut de bons produits 😊. Veillez à acheter du lait entier, de la crème avec 35% de matière grasse, de belles gousses de vanille bien fraîches (par exemple de la vanille Bourbon de Madagascar ou de La Réunion), du bon beurre et des œufs de poules élevées en plein air ! Si votre cercle ne mesure pas exactement 20 cm, je vous redonne la formule du périmètre du cercle pour calculer la longueur des bandes de pâte : diamètre du cercle x Pi (= 3,14).

Pour une version encore plus ferme, mettez uniquement du lait (1000 g) et supprimez la crème fraîche.

Pour une version moins ferme avec une pâte feuilletée, [cliquez ici pour la recette du flan N°2](#).

Feuille du robot pâtissier :

