



Île flottante - drijvende eilandjes op vanillesaus

Een luchtig Frans klassiek dessert: zachte wolkjes van gepocheerd eiwitschuim die drijven op een gladde vanillecrème anglaise, afgewerkt met een dun laagje karamel. Elegant, licht en indrukwekkend eenvoudig.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
30'	20'	6	Dessert

Ingrediënten

- 6 eieren
- 500 ml volle melk
- 150 gr fijne suiker
- 1 vanillestok
- 1 snuif zout

100 gr fijne suiker (voor de karamel)

3 el water

Bereidingswijze

- 1.** Splits de eieren zorgvuldig: bewaar de dooiers en de eiwitten apart.
- 2.** Snijd de vanillestok in de lengte open en schraap het merg eruit. Verwarm de melk samen met het merg en de lege vanillestok op een matig vuur tot net tegen het kookpunt. Haal de vanillestok eruit.
- 3.** Klop de eierdooiers met de 150 gr suiker in een ruime kom tot het mengsel bleek en lintdun is.
- 4.** Giet de warme vanillemelk er al kloppend in een dun straaltje bij. Giet het geheel terug in de pan en verwarm op een zacht vuur, al roerend met een houten lepel of spatel, tot de crème lichtjes bindt en de lepel bedekt. Laat nooit koken. Giet de crème door een fijne zeef in een kom en laat afkoelen. Dek af en zet koel.
- 5.** Klop de eiwitten met een snuif zout stijf tot stevige, glanzende pieken.
- 6.** Breng een ruime, brede pan met water tot nauwelijks trillend (niet kokend) water. Schep met een grote lepel of ijslepel mooie eilandjes van het eiwitschuim en laat ze voorzichtig in het water glijden. Pocheer ze ongeveer 2 minuten aan elke kant. Haal ze met een schuimspaan uit het water en laat uitlekken op keukenpapier.
- 7.** Verdeel de gekoelde vanillesaus over diepe borden of in een mooie schaal. Leg de eiwiteitlandjes er voorzichtig op.
- 8.** Maak vlak voor het serveren een lichtbruine karamel: doe de 100 gr suiker en de 3 el water in een steelpan en verwarm op een matig vuur zonder te roeren tot een mooie amberkleurige karamel. Druppel de karamel met een lepel of vork in fijne draden over de eilandjes en dien meteen op.

Tip

Pocheer de eiwiteilandjes in kleine porties zodat ze genoeg ruimte hebben in de pan. Zorg dat het water nooit echt kookt, anders vallen de eilandjes uit elkaar. De vanillesaus kan een dag op voorhand worden gemaakt en afgedekt in de koelkast worden bewaard.

Lekker met

Serveer koud, eventueel met een handvol geroosterde amandelschilfers of gehakte pistachenoten over de karamel.

Dranktip

Een glas Sauternes of een andere lichte, zoete dessertwijn past uitstekend bij de zachte vanillesmaak.

Ontdek meer recepten op kookpot.be