



## Petits pots de crème à l'orange

24/01/2017 à 15h10

Par [Pr Jean-Michel Lecerf](#)

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 40 min

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 2 œufs moyens
- 1 jaune d'œuf
- 40 cl de lait-écrémé
- 2 oranges à jus
- 1 cuillère à soupe de sucre

### Préparation :

- Epluchez les oranges à l'aide d'un couteau économe en laissant la peau blanche, très amère et qui ne sera pas utilisée pour la préparation. Pressez-les pour en extraire le jus ;
- Réunissez dans une casserole le lait et les pelures d'oranges. Portez à ébullition pendant 5 minutes ;
- Faites réduire le jus d'orange des deux-tiers ;
- A l'aide d'un fouet, mélangez les œufs, le jaune, le sucre et le jus d'orange ;
- Versez le lait bouillant sur ce mélange. Remuez bien, puis passez au chinois ;
- Remplissez les plats individuels à gratin. Faites cuire au four, au bain-marie à 150°C (th.5) pendant 40 minutes ;
- Vérifiez la cuisson en piquant le centre avec un couteau (la lame doit ressortir parfaitement propre) ;
- Ôtez du bain-marie, laissez refroidir et rangez les plats au réfrigérateur pour les servir bien frais.