



Crème de thé vert à la menthe Nanah

25/07/2018 à 13h25

Par [Paul Blouet](#)

Temps de préparation : 30 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 8 personne(s)

Ingrédients :

La crème :

- ½ litre de lait de chèvre
- 3 cuillères à café de thé vert à [la menthe de Nanah, une variété spécifique du Maroc](#)
- 5 jaunes d'œufs
- 30 g de sucre biologique ou fructose
- 15 g de Maïzena
- 15 cl de crème de soja

La meringue :

- 2 blancs d'œufs
- 70 g de sucre biologique ou de fructose
- 1 zeste de citron vert

Préparation :

La crème :

- Dans une casserole, faites bouillir le lait avec le thé vert à la menthe de Nanah ;
- Pendant ce temps, mélangez dans un saladier les jaunes d'œufs et le sucre. Faites blanchir en fouettant puis incorporez la maïzena ;
- Ajoutez le lait bouillant en fouettant puis passez au chinois ;
- Remettez à cuire jusqu'à la première ébullition (3 minutes au maximum) sans cesser de remuer ;
- Versez dans un plat et placez la crème au frais ;
- Lorsque la crème de thé est froide, mélangez-la avec la crème de soja. Vous obtiendrez alors un résultat plus onctueux ;
- Dressez dans les ramequins.

La meringue :

- Quelques minutes avant de servir le dessert, allumez le grill du four ;
- Montez les blancs en neige. Lorsqu'ils sont bien fermes, ajoutez délicatement le sucre et battez à nouveau 5 minutes ;
- Disposez la meringue sur la crème de thé et placez votre plat sous le grill pendant 3 à 5 minutes le temps de colorer les blancs ;
- Dès la sortie du four, ajoutez le zeste de citron vert et dégustez aussitôt.

L'astuce du chef :

Vous pouvez remplacer le thé vert à la menthe de Nanah par du thé Earl Grey ou des infusions ;

La crème de thé vert peut être préparée la veille. Pour la meringue, disposez la plaque à mi-hauteur dans votre four.