

# CLAFOUTIS À LA MANGUE



TEMPS DE PRÉPARATION  
**30 MIN.**



DIFFICULTÉ  
**FACILE**



TEMPS DE CUISSON  
**30 À 60 MIN.**

## INGRÉDIENTS



Plat four  
25 X 17 CM



x6 ou x8

**Pour 1 plat à four 25x17cm  
= 8 personnes (ou 6 gourmands)**

- 1 grosse mangue (environ 320 g de chair)
- 2 sachets sucre vanillé
- 2 c. à soupe miel (goût neutre, type acacia ou orange)
- beurre
- 2 œufs + 2 jaunes
- ½ c. à café fleur de sel
- 60 g Maïzena
- 20 cL lait
- 10 cL crème fraîche (~100 g)
- 60 g sucre
- 45 g sucre glace
- 1 c. à soupe jus citron vert

Commencez par faire fondre 45 g de beurre à feu très doux. Réservez.

Tranchez la mangue "en deux" : le noyau central est allongé et fin : pour obtenir la première "moitié" de chair, il faut viser le centre quand on regarde la mangue par le haut et se décaler d'environ 1,5 cm pour "éviter" le noyau. Visez à peu près au même endroit de l'autre côté. Vous avez donc 2 "moitiés" de mangue et une partie centrale avec le noyau. Retirez la peau des 3 morceaux avec un couteau et coupez la chair en petits cubes (1 à 1,5 cm).

Dans une GRANDE poêle (il faut que les cubes de mangues soient bien répartis sur le fond de la poêle), mettez une grosse noix de beurre à fondre à feu doux. Lorsque le beurre est fondu, ajoutez les cubes de mangues, le sucre vanillé et le miel. Mélangez et laissez caraméliser à feu moyen/doux pendant 15 à 20 min. (c'est un peu long, comme les fruits dégorgent de l'eau, il faut attendre qu'elle s'évapore pour que ça commence à épaissir et caraméliser)

Préchauffez le four à 180°C.

Pendant que les mangues cuisent, mélangez la Maïzena, le sucre et la fleur de sel dans un saladier. Ajoutez les œufs et les jaunes, puis le lait et la crème fraîche. Mélangez bien. Versez le beurre fondu et le sucre glace et un peu de vanille liquide. Mélangez. Puis ajoutez enfin les cubes de mangue et le jus de citron vert.

Versez la préparation dans un plat à four (beurré sinon le clafoutis est difficile à découper et reste collé au plat).

Petit truc pour avoir le dessus du clafoutis bien doré et gratiné : sortir le beurre bien froid du frigo et avec un couteau, coupez quelques tranches les plus fines possible et répartissez-les sur le dessus du plat.

- Note perso : Attention à ne pas trop remplir le moule, en sortant du four le clafoutis est "tout" gonflé. Pas de panique cependant, ça redescend assez vite en refroidissant, c'est normal 😊

Enfournez pendant 35 minutes.

- Note perso : petit point de repère si vous modifiez les quantités ou si votre taille de plat est différente. Attention, ce n'est pas la taille du clafoutis qui détermine son temps de cuisson mais son épaisseur ! (pour moi environ 3,5 cm) -

Laissez refroidir complètement.

Se conserve filmé au frigo jusqu'à 5/6 jours.

Conseil de dégustation : les saveurs sont mieux développées quand le clafoutis est complètement froid 🍷

