

Délice de clafoutis exotique, miel et amandes

Je suis partie d'une recette de clafoutis aux mangues trouvée ICI, que j'ai modifiée à ma sauce et sur laquelle j'ai rajouté un nappage nid d'abeille aux amandes et miel caramélisé, c'était divin, frais, entre guillemets "léger" et gourmand. Dégusté au soleil, coucher sur une chaise longue, un vrai petit plaisir !



Ingédients :

Pour 5 ou 6 personnes

Clafoutis :

- 1 petite boîte de mangue au sirop (ou 2 mangues fraîches)
- 2 kiwis
- 4 oeufs
- 140 g de cassonade (sucre roux)
- 2 cuill. à soupe de miel
- 2 cuill. à soupe de farine
- 20 cl de crème liquide

- 1 cuill. à café de vanille liquide (ou 1 sachet de sucre vanillé)

Nappage miel et amandes :

- 30 g de beurre
- 40 g de sucre
- 1 cuill. à soupe de lait
- 20 g de miel
- 30 g d'amandes effilées

Préparation :

1. Beurrez un moule ou 6 petits, déposez un peu de miel au fond de chacun. Egouttez les mangues et coupez-les en dés, gardez-en un petit morceau que vous détaillerez en lanières. Epluchez les kiwis, coupez-en un en dés et le second en rondelles.



2. Mélangez dans cet ordre ; les oeufs entiers, le sucre, la farine, la crème liquide et la vanille en fouettant (utiliser le batteur électrique). Mettez les dés de mangues et de kiwis au fond des plats. Versez dessus la préparation. Disposez les rondelles de kiwis et les lanières de mangues. Faites cuire 15 min à 150°C.



3. Pendant ce temps préparer le glaçage croquant aux amandes et au miel : Reunissez dans une casserole, le beurre, le sucre, le lait et le miel. faites bouillir le tout 1 min. Retirez du feu, ajoutez les amandes, mélangez.



4. Au bout des 15 min de cuisson, nappez les clafoutis de ce mélange et faites cuire à nouveau 15 min (cela peut varier suivant la taille du clafoutis, plantez un couteau dedans, il doit ressortir sec)
5. Décorez avec un peu de noix de coco rapée, dégustez tiède de préférence, c'est bien meilleur !!