

La GFI (Guy Roux Floating Island)

Ce qu'il faut :

la GFI est une recette "Faut pas gacher" pour utiliser des blancs d'œufs qui vous seraient restés sur les bras d'une précédente recette.

Donc :

- les fameux Blancs d'œufs en rab'
- une brique de crème anglaise toute faite (Oh! eh! faites pas chier c'est du "reuse" on va pas y pas des heures).
- un peu de sucre



Sucrer un peu les blancs d'œufs et les battre en neige ferme



verser dans un saladier ou dans des bols individuels la crème anglaise toute faite. puiff! c'est du méga boulot ça!



dans une assiette, qui passe au micro-onde, déposer des portions d'œufs en neige en les espaçant un peu car ils vont gonfler à la cuisson.



Passer l'assiette au micro-onde pendant environ 1 minute. Sortir l'assiette et déposer les îles sur la crème anglaise. Recommencer la manip avec le reste des œufs en neige.

... Et c'est tout

Ce qu'on en dit:

Avec cette recette vous avez de quoi épater grave la famille et les potes car l'île flottante a la réputation d'être difficile et longue à réaliser. Donc allez y ! dites que vous y avez passé des heures mais que vous l'avez fait parce que vos invités le méritent bien.

La préparation de la crème anglaise est pour beaucoup dans la réputation de difficulté. Il vous faut donc maintenant aller sur le web pour apprendre la manière de réaliser la chose histoire de frimer avec force de détails. N'oubliez pas de bien cacher le carton vide de la brique au fond de votre poubelle.

