

València

Temps



20'

Refrigeració



2h

Racions



4

Al·lèrgens

🥚 Ous

🥛 Làctics

Alternatives

🌱 Vegana

Flan de taronja

Els flams són unes de les postres més consumides a totes les comunitats del territori espanyol

Ingredients

½ l de suc natural de taronja

0,25 l de nata líquida

100 g de sucre

4 rovells d'ou

1 ou sencer

200 g de sucre morè

Una mica de licor (opcional i al gust) o una mica d'aigua

Ratlladura d'una escorça de taronja mitjana

Elaboració

1. Preescalfar el forn a 180°C. Mentrestant en un cassó abocar el suc de taronja i cuinar a foc suau per reduir a la meitat del volum.
2. Afegir la nata líquida i la ratlladura de taronja, sense deixar de remenar, cuinar durant 5 minuts més a foc lent.
3. Retirar del foc i deixar que es refredi, mentrestant fer el caramel amb el sucre moré.
4. En un cassó petit, poseu el sucre amb una copa petita de licor (opcional i al gust) i poseu-ho al foc, fent un caramel fosc.
5. Cobrir amb el caramel el fons dels envasos individuals tipus flameres (poden ser gots, tasses, motlles, etc). Deixeu que el caramel solidifiqui.
6. A part, en un bol, bateu els rovells, l'ou sencer i el sucre normal i munteu-ho amb les varetes.
7. Afegir el suc amb la nata ja refredats. barrejar bé i introduir-ho en flameres que van dins una font amb aigua apta per enfornar, al bany Maria.
8. Enfornar durant 20 minuts. Quan la capa superior del flam es daura lleugerament, indica que el flam ja està quallat. Procureu que l'aigua del bany Maria no bulli i, si cal, es va afegint més aigua freda.
9. Retirar-ho del forn i deixar-ho refredar fora de l'aigua, a temperatura ambient abans de ficar-los a la nevera i refrigerar-ho almenys dues hores abans de desemmotllar-ho per servir.

La taronja de València és molt popular a tot Espanya i pertany a la Indicació Geogràfica Protegida: “Cítrics de València” que protegeix i identifica diferents espècies de taronja, llimona i mandarina.

Alternatives

Per a la versió vegana, la nata líquida es pot substituir per cremes vegetals tipus nata com la d'arròs, coco o ametlles. També els ous se substitueixen per una combinació de l'alga agar-agar en flocs o en pols per a l'efecte gelificant, amb una mica de midó per a l'efecte espessidor.