

VELOCIDAD[®] CUCHARA

El primer blog de recetas para Thermomix® · www.velocidadcuchara.com

Flan de huevo casero

Preparación	Cocción	Tiempo total
2 min	40 min	42 min



El flan de huevo es un clásico de los postres de cuchara. Hoy te enseñamos a hacerlo fácilmente y te damos dos opciones para cocinarlo: Baño María y Varoma.

Autor: Rosa Ardá

Tipo de receta: Postres

Cocina: Española

Raciones: 6

Ingredientes

- 750 g de leche
- 6 huevos
- 120 g de azúcar o edulcorante
- 1-2 cucharaditas de vainilla -opcional-
- Caramelo líquido para el molde*
- 700 g de agua para el varoma

Pasos a seguir

1. Pon en el vaso la leche, los huevos, el azúcar y la vainilla **ymezcla durante 10 segundos en velocidad 4**. Ya tenemos el flan listo.
2. Ahora prepara los moldes. Si cocinas en el varoma puedes usar **un molde de 1 litro de aluminio o silicona** que cabe perfectamente, si usas moldes más pequeños tendrás que colocarlos bien para que no se derramen y te cabrá menos cantidad. **Vierte caramelo líquido** en la base dentro de los moldes y **llena estos con el flan**. **Cubre el/los moldes con papel de aluminio y papel de cocina** encima para absorber el agua del vapor.
3. Para cocinarlos al vapor en el varoma, **pon en el vaso 700 g de agua**, coloca el **varoma en su posición sobre la tapadera** y programa **40 minutos, varoma, velocidad 1**. Para comprobar que están listos puedes pincharlos con un palillo, si este sale limpio es que el

flan está cuajado, sino, pon unos minutos más, misma temperatura y velocidad.

4. *Los flanes deben comerse medianamente frios, así que deja que se queden a temperatura ambiente antes de meterlos en la nevera.*

Notas:

- **Para hacer un flan al Baño María en el horno:** lo que debes hacer es encender tu horno y poner una bandeja con agua para que genere vapor. Introduce la flanera o dentro del agua cubriendo un par de dedos de su base -centrado de altura dentro del horno- o poniendo la bandeja con agua en la base y tu molde sobre la rejilla. Pon el horno a 180-200°C con calor arriba y abajo y hornea 1 hora aproximadamente.

- **¿Como queda mejor, al vapor o al horno?:** Hice 2 flanes. Ambos saben igual pero el hecho en el horno queda más dorado y apetitoso. A mi me gusta más la segunda opción.

- **Aromatiza tu flan para que sea distinto:** el que veis en la foto está aromatizado con ralladura de lima. Haz tus tunéos.

- **Dietas especiales*:** apto para dietas ovo-lacteo-vegetarianas y celíacos, estos últimos tendrán que usar un caramelo sin gluten (Mandarín). Cambia el azúcar por edulcorante para quitar calorías. *Alérgicos e intolerantes comprobar siempre que sus ingredientes son aptos y seguros para su consumo.