

# Glace aux amandes (sans oeufs)

Bonjour à toutes et tous

Alors que le temps avance, je me rends compte que je tente de *rationaliser* l'utilisation des ingrédients dans mes recettes. Quand un ingrédient est présent, il doit vraiment apporter quelque chose au plat et ne pas être présent « *parce que c'est comme cela* » . – C'est sans doute un dérivé de mes réflexions écolos ou j'élimine le superflu -. C'est particulièrement le cas pour les œufs où j'ai vite appris à m'en passer dans certaines préparations comme les biscuits, les pâtes à tarte « basiques », ou les glaces. Les crèmes glacées basées crème anglaise me paraissent dorénavant trop riches...

Pas plus loin qu'il y a deux semaines, j'ai vu passer à la télévision un reportage sur les *glaces italiennes*, expliquant qu'elles n'incorporaient pas d'œufs et que nombres recettes se basaient sur du lait, de la crème, des ingrédients de parfum, rien de plus. Cette idée italienne piqué ma curiosité et donner envie d'en essayer. J'ai trouvé la référence sur l'excellent blog « Un déjeuner de soleil » sous le nom de « Fiordilatte » (fleur de lait). pour le parfum point de vanille issue d'ailleurs, j'ai opté pour simples amandes caramélisées de chez.

A la dégustation, ce fut une énorme « claque » de gourmandise si vous me permettez l'expression. C'est savoureux, crémeux, tout doux, avec de petit parfum de nougatine liée aux amandes. Les boules de glace ont vite été dégustées. Allant sans doute en refaire ce week-end, je voulais vous partager l'idée de cette glace amandes sans oeufs. J'espère qu'elle vous plaira. Bonne journée !





- GLACE AUX AMANDES CARAMÉLISÉES -  
(SANS OEUFS)

Glace aux amandes sans oeufs

---

## **Recette : Glace aux amandes (sans oeufs)**

**Saison de la recette : Toute l'année**

**Temps de préparation : 15 minutes**

**Temps de cuisson : 5 minutes**

---

### **Ingrédients**

Pour 4 à 6 personnes :

- 150 ml de crème fluide
- 350 ml de lait
- 75 g + 50 g de sucre
- 1 cuillère à soupe de miel liquide
- 50 g d'amandes entières

### **Réalisation**

#### **Étape 1 : Préparation des amandes caramélisées**

- Concassez grossièrement vos amandes au couteau.
- Dans une poêle anti-adhésive, faites torréfier quelques minutes vos amandes à feu doux.
- Ajoutez les 75 g de sucre, laissez fondre jusqu'à

formation d'un début de caramel clair sans toucher au sucre. Mélangez seulement en bougeant la poêle.

- Une fois le caramel formé, mélangez pour bien enrober toutes les amandes.
- Débarrassez sur une feuille de cuisson en séparant autant que possible les amandes (cela ne doit pas former de grosses pépites) et laissez refroidir.

## **Étape 2 : Préparation de la glace**

- Dans une casserole, disposez le lait, la crème, le miel et les 50 g de sucre restants. Portez à ébullition puis retirez du feu.
- Ajoutez les amandes caramélisées puis laissez refroidir.
- Une fois la crème revenue à température ambiante, faites la prendre :
- – Sans sorbetière : versez dans un grand bac, placez au congélateur pendant 4 h en venant remuer/gratter la glace toutes les heures. L'objectif est de « casser » autant que possible les cristaux d'eau qui vont se former
- – Avec sorbetière : laissez turbiner 20 à 30 minutes.

Conservez cette glace amandes sans œufs au congélateur dans un bac hermétique.

Servez chaud. Accompagnez de semoule ou de boulghour pour les gros appétits

---

### **Astuces :**

- *Variantes* : cette glace amande sans œufs est réalisable en remplaçant les amandes par des noisettes, des noix
- Pour une version encore plus onctueuse, passez à 250 ml de lait et 250 ml de crème

