

## Rituel gourmand #13

### Cake antillais banane chocolat et sauce anglaise à l'orange

#### INGRÉDIENTS

##### Cake

Rhum blanc 20g  
Raisins secs 60g  
Rhum blanc 5cl  
Eau 2cl  
Chocolat noir 80g  
Beurre doux tempéré 100g  
Sucre 40g  
Cassonade 20g  
Jaune 1  
Oeufs 3  
Bananes très mûres 200g  
Poudre de noisettes ou amandes 40g  
Levure chimique 4g  
Chocolat au lait 150g  
Farin T55 50g

##### Crème anglaise

Lait 125g  
Crème 125g  
Jaunes 2  
Sucre 25g  
Orange 1

#### RECETTE

##### CAKE :

Mettre les raisins secs dans une casserole et recouvrir d'eau.

Bouillir pour laver les raisins.

Egoutter et remettre les raisins dans la casserole.

Ajouter le rhum blanc et 15g d'eau.

Faire frémir jusqu'à ce que le mélange rhum+eau ait été complètement absorbé par les raisins.

Réserver.

Fondre le beurre et le chocolat noir au bain marie ou au micro-ondes.

Ajouter le sucre et la cassonade et mélanger au fouet.

Ajouter les bananes très mûres et épluchées et mélanger au fouet.

Ajouter les œufs et les jaunes et mélanger au fouet.

Ajouter la poudre de noisettes, la farine et la levure chimique et mélanger

au fouet.

Mettre au réfrigérateur pendant 1h pour que la pâte durcisse et que les raisins ne se retrouvent pas au fond quand on les aura ajoutés.

Pendant ce temps, hachez le chocolat au lait et mélanger avec les raisins. Quand la pâte est froide, incorporer les raisins et le chocolat au lait à la spatule.

Verser dans des moules à cakes ou autres formes en remplissant aux  $\frac{3}{4}$ . Cuire à 175°C en chaleur tournante pendant 40 minutes environ.

Dès la sortie du four imbiber avec le rhum brun à l'aide d'un pinceau.

On peut aussi saupoudrer très légèrement de noix de muscade.

Puis démouler le cake encore chaud si possible et filmer entièrement en serrant bien pour conserver toute l'humidité du cake.

Si vous ne parvenez pas à le démouler, filmez l'ensemble, cake + moule.

Laisser refroidir complètement avant de déguster

## **CRÈME ANGLAISE :**

Mélanger les jaunes et le sucre.

Dans la casserole, bouillir le lait, la crème et les zeste d'oranges réalisés avec une râpe Microplane.

Verser sur le mélangeur jaunes/sucre en remuant au fouet.

Remettre le tout dans la casserole et cuire à la nappe à feu doux à l'aide d'une spatule en réalisant des 8 dans le fond de la casserole pour éviter que les œufs coagulent dans le fond et dans les arrondis.

La crème anglaise sera cuite à 80/82°C ? Il faut stopper la cuisson et verser la crème dans un récipient froid dès que l'on ressent des petites ébullitions dans le fond de la casserole.

Pour vérifier la cuisson, il faut tremper la spatule dans la crème, la ressortir, faire un trait sur celle-ci avec son doigt. La crème ne doit pas recouler sur le trait réalisé, elle doit se tenir.

La crème anglaise se conserve 3 jours au réfrigérateur.

<https://youtu.be/31PT7SD0U-g>

