

## Flam de coco

Recepta treta d'un llibre de cuina d'en Ferran Adrià on proposa menús molt interessants. Aquestes postres són molt senzilles i queden molt bé. Bon profit, *culinaris*!



**Racions:** 4

**Taula d'ingredients:**

2 ou  
30 g sucre blanc (per al flam)  
20 g coco ratllat  
250 ml llet de coco  
1 cullerada aigua (per al caramel)  
40 g sucre blanc (per al caramel)

**Passos d'elaboració:**

PAS 1 / Posar l'aigua a un cassó i afegir-hi el sucre. És millor fer-ho en aquest ordre per evitar que el sucre es recremi. Posar a foc moderat i fer bullir sense deixar de remenar fins a obtenir un caramel fosc. Posar el caramel al fons de les flameres PAS 2 / En un bol, posar el coco ratllat, el sucre i la llet de coco. Batre i incorporar els ous PAS 3 / Omplir les flameres fins a tres quartes parts i posar-les en una safata fonda. Introduir la safata al forn i, una vegada dins, posar dos dits d'aigua a la safata amb una gerra (és molt millor així que fer-ho abans d'entrar al forn) PAS 4 / Coure amb el ventilador dalt i baix a 180° durant uns 30 minuts i deixar refredar

**Classificació per temps:** Mig

**Classificació per preu:** Assequible

**Classificació per dificultat:** Fàcil

---

**URL d'origen:** <http://culinaris.tv/receptes/flam-de-coco>