

La vraie recette du flan

Date : 18 mars 2016

Auteur : Lucie de la Héronnière

Media : <http://www.slate.fr/>



Le flan pâtissier ne laisse pas indifférent. Mais, pour qu'il atteigne la perfection gustative, munissez-vous de bons ingrédients et d'un peu de patience.

Il y a flan et flan. On ne parlera pas ici de flan en général mais de flan pâtissier (ou boulanger) en particulier. Car le mot flan est un terme vaste, «mot dérivé du franciqueflado, "gâteau, galette, crêpe", d'abord attesté sous la forme de flaon au XIIe siècle, puis sous sa graphie actuelle au XIVe siècle», selon Claudine Brécourt-Villars dans Mots de table, mots de bouche. Et il désigne diverses préparations salées et sucrées, comme une «crème renversée ou moulée, diversement parfumée», ou une «tarte composée d'un appareil salé ou sucré cuit sur une croûte», d'après le Larousse.

Nous nous limiterons ici au flan pâtissier, parfois aussi appelé «flan parisien», un appareil sucré aux œufs et au lait, cuit sur un fond de pâte. Un flan qui subit mimiques écœurées et passions enflammées... En tout cas, il ne laisse pas indifférent. Pourquoi tant d'amour? La journaliste Colette Monsat trouvait en 2009 une explication valide dans son introduction au palmarès des meilleurs flans de Paris:

«Parce qu'il occupe une place à part dans le paysage sucré. Ni viennoiserie ni dessert de pâtissier, c'est un gâteau de boulanger souvent lié à nos souvenirs d'enfance. Pour beaucoup, le flan nature confine au doudou alimentaire très au lait. Avec une texture à nulle autre pareille, tremblotante sans l'être trop, moelleuse et ferme à la fois. Cette sensualité onctueuse explique sans doute l'existence d'une tribu de "flanmaniaques" dont la vie est rythmée par la quête effrénée, voire compulsive, du meilleur.»

Un produit maltraité

Pourtant, même si un flan peut atteindre la perfection gustative, il n'est souvent qu'un dessert caoutchouteux d'un jaune aussi éclatant que douteux.

Rémi Héluin, auteur de Painrisien et fin connaisseur des boulangeries, explique que (hélas!) «beaucoup de boulangers utilisent de la poudre à flan, dont la composition n'est pas toujours reluisante, avec notamment du colorant. Mais normalement, un flan n'est pas jaune canari!» Et la texture? «Cette poudre épaissit et remplace une partie des œufs. Quand un flan en est blindé, il est très gélatineux, un peu figé. Or un bon flan doit être fondant en bouche, il y a un effet différent. Et, dans la poudre à flan, l'arôme artificiel de vanille donne un goût très marqué, pas naturel. Ce n'est pas ce que l'on recherche.»

Outre l'utilisation de cette poudre (qui peut cependant aussi être un simple mélange d'amidon de maïs et d'arôme naturel de vanille), des boulangeries-pâtisseries utilisent également sans vergogne des flans achetés surgelés. Hop, il y a plus qu'à sortir de la boîte et à décongeler. Coup de pâtes propose ainsi une gamme de flans tout prêts à passer au four, tout comme Capella Surgelés, L'écho du goût (où un flan «tradition vanille», à diviser a priori en huit parts, coûte la modique somme de 8,59 euros) et bien d'autres. En cas de doute sur la couleur un peu trop artificielle de votre flan, demandez plus de précisions à votre boulanger ou pâtissier!

Un flan n'est souvent qu'un dessert caoutchouteux d'un jaune aussi éclatant que douteux

Et puis Rémi Héluin insiste sur un gros souci commun à d'autres produits:

«Le problème, c'est aussi la qualité des matières premières... Quand un flan est fait avec du lait pas frais, ou des œufs liquides qui n'ont pas de goût. Les matières premières uniformisées, ça donne un produit triste. Alors que, le lait cru, les bons œufs, la vraie vanille, ça donne du goût au flan.»

Mais, selon l'auteur de Painrisien, il faut d'abord se rendre compte de notre conditionnement gustatif, puisqu'on «perd le goût référent; les gens aiment ce goût-là».

Erwan Blanche, l'un des deux associés de la boulangerie-pâtisserie Utopie, dans le XI^e arrondissement à Paris, fait le même constat, en affirmant tout simplement qu'«un bon flan est fait avec des bonnes matières premières» et que l'utilisation massive de poudre à flan «change le goût et la texture, ce qui fait qu'aujourd'hui les gens ont du mal à reconnaître un vrai flan».

Le bon flan

Partons donc à la recherche du vrai bon flan, dans sa version la plus simple (donc évidemment sans noix de coco, chocolat, pistache, framboises ou encore abricots).

L'aspect d'abord: il ne doit surtout pas être jaune canari, donc. Stéphane Glacier, Meilleur Ouvrier de France (MOF), pâtissier dans sa boutique Pâtisseries et Gourmandises, à Colombes, et formateur dans son école de pâtisserie, souligne qu'un bon flan «a coloré à la cuisson mais n'est pas trop sombre, il a une couleur blonde».

Et en matière de texture? Ni compact, ni élastique, ni cartonneux, ni caoutchouteux. Il se tient mais il a un délicieux petit côté fondant quand on croque dedans. «Un bon flan est crémeux, avec une légère mâche», dit Erwan Blanche.

Et puis sa pâte est «croustillante, grâce à la fraîcheur», souligne Stéphane Glacier. Car la pâte d'un flan qui a trop patienté en vitrine ne sera évidemment pas au top de sa forme... Ajoutons que la pâte ne doit pas être trop fine, sinon elle va «détremper».

Rémi Héluin précise que le flan doit être plutôt épais. «Si le flan est fin, il est difficile d'avoir du moelleux et du fondant, il va devenir gélatineux. Quand il est plus épais, c'est meilleur car plus fondant», explique-t-il. Et puis si un flan est brillant, il a été «abricoté»: «Ce n'est pas forcément très heureux, car cela apporte une dose de sucre pas nécessaire.»

Enfin, évidemment, il faut que le goût soit «équilibré»: un très subtil équilibre entre le goût du lait, des œufs et de la vanille. C'est bon si «le parfum est diffusé et reste en bouche», précise Erwan Blanche. Pour cela, la boulangerie Utopie utilise de la vanille de Madagascar. D'ailleurs, c'est plutôt bon signe si on voit les petits grains de vanille dans le flan. C'est la preuve qu'il est parfumé non pas avec un arôme mais avec une «vraie» gousse de vanille... Ceci dit, ce n'est pas si simple, car il peut aussi s'agir d'un cruel subterfuge utilisé pour faire illusion: des gousses de vanille moulues.

Brisée ou feuilletée?

Pour la recette du flan, pas de dogmes absolus ou de limites infranchissables (mais quand même quelques principes de base et de bon sens à respecter). Visiblement, tout le monde est à ce sujet aussi cool et moelleux qu'un bon flan douillet.

Alors, pour faire la base de son fameux flan, le pâtissier Stéphane Glacier utilise de la «rognure de feuilletage» (les chutes de pâte feuilletée, après découpe pour des viennoiseries par exemple). «Ces morceaux de pâte nous servent à faire le fond du flan. Mais la pâte brisée est souvent utilisée», dit-il.

Quand on l'interroge sur le dilemme feuilletée/brisée, le chef Franck Geuffroy, directeur de la pâtisserie d'Alain Ducasse Éducation, signale que «les deux sont acceptées» mais qu'il a «une préférence pour la pâte brisée, avec un peu de levure chimique dedans pour lui ramener de la légèreté».

Faut-il précuire la pâte au four? Il y a plusieurs écoles. Franck Geuffroy assure:

«Je préfère précuire la pâte afin qu'elle soit bien croustillante. J'aime le contraste entre le croustillant de la pâte et le fondant du flan.»

Chez Utopie ou chez Pâtisseries et Gourmandises, pas de précuisson. La pâte encore crue est prête à recevoir l'appareil, cette délicieuse crème à la vanille.

Les ingrédients

Justement, pour faire l'appareil, rien que du simple: des œufs, du lait (entier, s'il vous plaît), du sucre, de l'amidon de maïs (couramment appelé maïzena: c'est un épaississant naturel qui va contribuer à la bonne texture du flan), une gousse de vanille de bonne qualité. Et c'est tout. Mais a-t-on le droit d'ajouter de la crème, cet ingrédient pas toujours très consensuel? Eh bien oui. Même si beaucoup de recettes de bases des livres de CAP pâtisserie se limitent au lait, les pros se permettent un peu de crème, qui rend le flan nettement plus «gourmand».

Les matières premières uniformisées, ça donne un produit triste. Alors que, le lait cru, les bons œufs, la vraie vanille, ça donne du goût au flan

Rémi Héluin, auteur de Painrisien

«On utilise du lait et de la crème, pour apporter cette mâche et cette sensation de crémeux recherchées... Le contraire d'un flan gélatineux à la poudre à flan, pas très agréable», explique Erwan Blanche.

Franck Geuffroy l'affirme aussi: «Pour avoir plus d'onctuosité, je rajoute un peu de crème liquide.» Pour Stéphane Glacier, «pour avoir un bon flan, il faut une part de crème». Dans la recette du pâtissier de Colombes, il y a ainsi 750 grammes de lait entier pour 250 grammes de crème liquide fleurette à 35% de matière grasse –c'est important de ne pas choisir une crème «légère»!

Le MOF ajoute qu'il utilise «des jaunes d'œufs pour remplacer des œufs entiers. C'est plus onctueux. Car avec plus de blanc, le résultat est plus compact». Il met donc 150 grammes d'œufs entiers (trois œufs) et 60 grammes de jaune (trois jaunes). Pour compléter le tableau: une belle gousse de vanille, 250 grammes de sucre et 80 grammes de maïzena.

La bonne cuisson

Que fabrique-t-on avec tout ça? Stéphane Glacier nous explique:

«Il faut faire bouillir le lait, avec la crème et la vanille. On mélange à côté les œufs et le sucre. On fait blanchir jusqu'à ce que le sucre fonde, puis on ajoute la maïzena. On met la moitié du lait chaud dans ce mélange et on remet dans la casserole.»

C'est à ce moment fatidique que l'appareil va épaissir. Attention, le truc, c'est de «beaucoup cuire» et de ne pas s'arrêter dès que la crème commence à épaissir. «Il faut que l'ébullition dure au moins deux minutes, pour que les amidons cuisent. Sinon, ce sera farineux», précise Stéphane Glacier. Mais il ne faut pas non plus trop cuire, parce que tout cela va recuire au four et surtout pour ne pas que la crème brûle dans le fond de la casserole.

Pour que le parfum de vanille soit bien présent, Erwan Blanche laisse du temps à la gousse pour bien parfumer le liquide: «On porte à ébullition le lait, la crème, une partie du sucre et la vanille. Puis on laisse infuser la vanille.» Avant d'ôter la vanille et de refaire cuire le mélange pour reprendre le processus classique du flan.

Ensuite, il s'agit de verser la crème bouillante sur la pâte. Vous pouvez, comme le pâtissier de Colombes, «laisser poser trois ou quatre heures avant d'enfourner».

Une fois dans votre four, autour de 170 degrés Celsius, surveillez bien votre flan. Il a besoin d'une cuisson tranquille, longue et pas trop forte. «Il faut que la pâte soit bien dorée et que le flan ait une belle couleur brune mais pas brûlée. Il doit rester souple à la sortie du four», souligne Franck Geuffroy.

Ensuite, il va hélas falloir patienter pour atteindre la bonne texture: il est absolument impossible de manger un flan tout de suite ni même de le découper à la sortie du four. Il faut patienter au minimum quatre ou cinq heures, au mieux toute une nuit. «Pour la dégustation du flan, il faut le refroidir pour que la crème se fixe bien, puis le remettre à température ambiante. Je le déguste frais mais pas froid. S'il est bon, on n'a pas le temps de le conserver!» affirme encore de directeur de la pâtisserie d'Alain Ducasse Éducation.

Chez Utopie, le flan est réservé à 5 degrés Celsius, pour que l'appareil prenne, pendant douze heures minimum. Il est donc préparé le soir pour le lendemain matin... Attention, il ne supporte pas le grand froid, les températures en dessous de zéro. «En boutique, on le conserve vingt-quatre heures. À la maison, on peut le garder jusqu'à trois jours... Quand il est bien fait!» dit Erwan Blanche. Bref, «c'est un produit simple, mais qui nécessite du temps de préparation». Et donc aussi de très bons ingrédients et un peu de patience.

La recette du flan

Voilà donc une synthèse des recommandations des pâtissiers, largement inspirée par les grammages des spécialistes interviewés, testée, approuvée et réalisée sur une pâte brisée on ne peut plus simple.

Ingrédients

Pour la pâte brisée:

200 g de farine

100 g de beurre

Pour l'appareil:

80 cL de lait entier

25 cL de crème liquide (à 35% de matières grasses) OU seulement un litre de lait entier!

1 belle gousse de vanille

3 œufs entiers

2 jaunes d'œufs

150 g de sucre

80 g de maïzena

Recette

Préparez la pâte brisée. Dans un saladier, mélangez du bout des doigts la farine, quelques pincées de sel et le beurre coupé en morceaux et ramolli. Ajoutez de l'eau petit à petit, tout en malaxant pour obtenir une boule de pâte homogène. Sur un plan de travail fariné, étalez la pâte avec un rouleau à pâtisser. Installez-la dans un moule à manqué. Piquez le fond de tarte avec une fourchette. Réservez au frais.

Dans un saladier, battez les œufs entiers, les jaunes d'œufs et le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la maïzena et mélangez bien. Préchauffez le four à 170 degrés. Dans une casserole, mettez le lait et la crème. Fendez les gousses de vanilles, grattez bien les petits grains et mettez les gousses dans la casserole. Faites bouillir le tout. Ôtez du feu et enlevez les gousses de vanille (vous pouvez donc aussi laisser infuser les gousses de vanille et remettre sur le feu ensuite).

Versez la moitié du lait chaud dans le saladier contenant le mélange œufs-sucre-maïzena. Battez bien, mettez tout ça dans la casserole avec le reste du lait. Remettez sur feu moyen. Faites cuire sans cesser de remuer, la crème va épaissir. À partir de l'ébullition, comptez deux minutes. Puis versez cette crème sur la pâte à tarte.

Faites cuire au four pendant cinquante minutes à une heure. Le flan doit avoir une belle couleur et la pâte doit être dorée. Laissez refroidir toute une nuit.

Soyez patients, et bon appétit!

Pour la route, quelques adresses

Pour trouver un bon flan, Rémi Héluin nous a donc recommandé la pâtisserie de Stéphane Glacier, à Colombes, et Utopie, à Paris, mais aussi Mori Yoshida, dans le VII^e arrondissement de Paris, qui concocte un flan «épais, généreux, très réussi», et laboulangerie Basso, dans le XVII^e arrondissement.