

# Oufs au lait amandines



**Nombre de convives**  
Pour 2 personnes



**Temps de préparation**  
20 minutes



**Temps de cuisson**  
25 minutes

Les apports nutritionnels :

- 130 calories
- 92 mg de calcium

## Ingrédients

- ½ litre de lait
- 2 œufs entiers
- 2 jaunes d'œufs
- 100 g. de sucre en poudre
- 50 g. d'amandes effilées



## Préparation

- Faire bouillir le lait.
- Fouetter les œufs, les jaunes et le sucre pour obtenir un mélange moussieux.
- Incorporer le lait en trois fois et passer à l'étamine.
- Déposer le mélange dans des ramequins.
- Cuire au bain marie dans un four à 160° C.
- Faire légèrement griller les amandes dans une poêle.
- Disposer les amandes sur les crèmes à la sortie du four.
- Laisser tiédir avant de déguster.