

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

SOUFFLE AU FROMAGE

pour 4 personnes

90g farine - 100g beurre - 1/2 l lait - 6 oeufs - 150g comté ou beaufort râpé - sel - poivre - muscade - beurre ramolli pour graisser le moule -

Fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine. Mélanger. Verser le lait bouillant dessus. Remuer. Ajouter le fromage, la pointe d'un couteau de muscade moulue, saler, poivrer. Replacer sur feu doux. Mélanger avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le fromage fonde et la sauce épaississe. Retirer du feu, réserver. Séparer les jaunes des blancs.

Préchauffer le four à 200° (th6-7).

Monter les blancs en neige ferme avec une pincée de sel. Ajouter les jaunes légèrement battus à la fourchette à la crème de soufflé en mélangeant vigoureusement. Ajouter les blancs, d'abord 1/3 vivement (pour liquéfier) puis les 2/3 délicatement.

Beurrer le moule. Verser le mélange. Passer une spatule métallique entre le bord du plat et le mélange (perpendiculairement et bien au fond).

Enfourner à 180° (th.6) pendant 40 minutes sans ouvrir le four. Servir dès la sortie du four (ne dit-on pas : les invités attendent le soufflé, mais le soufflé n'attend pas...).

*Astuce : comme vous le voyez sur la photo je n'utilise pas de moule à soufflé à bords hauts. En effet, depuis un voyage en Autriche où nous avons dégusté un soufflé au kirsch spectaculaire, je fais comme eux, je prends tout simplement un plat à gratin.

** si vous utilisez des moules individuels, il faut compter 20 minutes de cuisson.