

25 janvier 2008

Soufflé vite fait aux fruits de mer



(pour 4)

*1 boîte de préparation pour coquilles
St Jacques à la bretonne (taille d'une boîte de thon)
2 œufs
150 g de crevettes décortiquées cuites*

Faites chauffer le contenu de la boîte avec un peu d'eau. Hors du feu, ajoutez les jaunes d'œufs et les crevettes. Battez les blancs en neige et incorporez-les délicatement à la préparation. Versez dans des ramequins sprayés d'un peu d'huile. Faites cuire a four préchauffé à 210 °C pendant 25 minutes.