

Soufflé au potimarron

Certains plats que ma mère préparait durant mon enfance sont restés gravés dans ma mémoire. Le soufflé au fromage en fait partie. J'aimais le voir grandir durant la cuisson. Allait-il s'arrêter? Déborder du plat? Cela me fascinait!

J'appréciais et j'apprécie toujours d'ailleurs sa texture, si légère, qui fond sous la bouche! Ce qui m'incite donc à préparer à nouveau des soufflés, mais en variant les ingrédients.

Aujourd'hui, mon soufflé est au potimarron, légume que j'ai découvert, il y a un an ou deux. Sa forme se rapproche de celle du potiron, mais on retrouve dans son goût une belle touche de châtaigne.

Vu l'engin, pas facile de le couper avec un couteau basique, sans grimacer et avoir mal aux bras. Alors j'utilise mon super couteau à pain. Là, le potimarron ne dit plus rien! Et moi, je retrouve le sourire!

Voici la recette, pour 4 personnes:

1 petit potimarron (800g à 1kg)

3 oeufs

25 cl de béchamel (25 cl de lait, 30g de beurre, 1 c. à s. bombée de farine)

100g de fromage râpé

Sel, poivre, muscade

Laver le potimarron et le couper en morceaux. Les faire cuire une quinzaine de minutes à la vapeur. Lorsque les morceaux sont bien moelleux, les écraser ou les passer au mixeur pour en faire une purée. Enlever au maximum l'eau qu'ils contiennent. Saler, poivrer.

Préchauffer le four à 180°C.

Préparer la béchamelle, en faisant fondre à feu doux le beurre, ajouter la farine, bien mélanger, puis ajouter sans s'arrêter de battre, le lait. La béchamelle sera délicieuse avec une pluie de poivre et de muscade.

Incorporer la béchamelle dans la purée, les jaunes d'oeufs ainsi que le gruyère râpé. Mélanger généreusement.

Beurrer un moule à soufflé.

Monter les blancs en neige. Les ajouter délicatement à la préparation.

Il est alors temps de verser l'ensemble dans le moule et de laisser la magie s'opérer.

Servir immédiatement, accompagné d'une salade par exemple.