

4 personnes

Soufflé au fromage

- 50 grs de beurre
- 40 grs de farine
- 1/2 litre de lait
- 4 oeufs (4 blancs et 4 jaunes)
- 100 grs de fromage
- sel - poivre - muscade

- faire une béchamel épaisse avec 50 grs de beurre - 40 grs de farine - 1/2 litre lait
- laisser un peu refroidir
- ajouter les jaunes d'oeufs 1 par 1
- battre les blancs en neige très ferme
- les incorporer au mélange précédent (veiller à ne pas faire retomber les blancs)
- ajouter le fromage râpé + le sel + muscade
- Préchauffer le four 180 degrés - 1h 6
- faire cuire 20 minutes

le soufflé demande à être préparé juste avant de manger

(mais personnellement je prépare le 1^{er} mélange bien en avance
et je bats les blancs d'oeufs en neige ferme (ils peuvent attendre
15 minutes avant d'être mélangés)

- Je les mélange à la 1^{ère} préparation 20 minutes avant le repas et je mets au four.
- le fromage peut être remplacé par 150 grammes d'allettes de jambon fumé ou du jambon blanc
- à servir avec 1 bonne salade verte

Recette demain (Tajine au poulet - amandes et citrons confits)