

# Soufflé au fromage



## Pour 2 soufflés

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 20 minutes

- 2 œufs
- 60 g de fromage râpé (Beaufort d'été pour moi)
- 20 g de farine
- 20 g de beurre
- 15 cl de lait
- Noix de muscade
- Sel
- Poivre

Préchauffez le four à 190° C (170° C pour moi).

Préparez la béchamel : Dans une casserole, faites fondre le beurre.

Ajoutez la farine et mélangez à la spatule.

Incorporez le lait petit-à-petit tout en mélangeant. *Vous devez obtenir une crème épaisse.*

Ajoutez la noix de muscade râpée.

Salez et poivrez. Laissez refroidir.

Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Ajoutez les jaunes dans la béchamel et mélangez au fouet.

Incorporez le fromage râpé (emmental, comté, gruyère...)

Montez les blancs en neige.

Mélangez une partie des blancs dans la pâte puis le reste délicatement.

Beurrez deux ramequins.

Versez la pâte en laissant 1 cm de bord libre.

Glissez au four pour 20 minutes. *N'ouvrez surtout pas la porte du four avant la fin de cuisson.*

Un soufflé n'attend pas, il faudra donc le servir dès sa sortie du four.