

Soufflé au fromage

CUISIMAGES

Réf :
1208

Type :
Entrée
chaude

Préparation :
20 min
Repos:

Cuisson :
15 min
A 200°C

Coût :


Difficulté :
  

Origine :




Ingrédients pour 6 personnes

- 100 g de gruyère râpé
- 60 g de beurre
- 40 g de farine
- 350 ml de lait
- 3 oeufs
- Sel et poivre du moulin

CUISIMAGES
Recettes de
cuisine en images
www.cuisimages.com

CUISICOURS
Offrez un cours
de cuisine
www.cuisicours.com



Préparez une béchamel :
Dans une casserole, faites fondre 50 g de beurre.



Ajoutez la farine et mélangez à l'aide d'une spatule en bois.
Faites cuire 2 min sur feu doux afin d'obtenir un «roux».

Versez petit à petit le lait en continuant à mélanger.

Faites cuire 7/8 min jusqu'à ce que le mélange devienne assez épais. Salez et poivrez à votre convenance.



Ajoutez le fromage râpé et mélangez bien le tout. Laissez refroidir.

Préchauffez le four à 200°C pendant 15 min.

Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

Montez les blancs en neige avec une pincée de sel.

Lorsque la béchamel est refroidie, ajoutez les jaunes d'œufs et mélangez.



Incorporez délicatement les blancs en neige à l'aide d'une spatule en bois.



Beurrez les ramequins avec le reste de beurre.

Répartissez la pâte et enfournez à mi hauteur à 200°C pendant 15 min.

Servez aussitôt.



Conseils
Variante
Vin

Accompagnez le soufflé au fromage d'une salade verte.
Si vous faites cuire le soufflé dans un moule à soufflé, comptez 30 min de cuisson.
Brouilly