

Soufflé au fromage de chèvre

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- 25 cl de lait
- 3 œufs
- 1 feuille de laurier
- 25 g de beurre
- 25 g de farine
- 1 c à soupe de ciboulette hachée
-
- 125 g de fromage de chèvre cendré
- Une poignée d'assortiment de salade
- Noix de muscade
- Quelques baies de poivre noir
- Sel

Recette:

- Versez le lait, 1 œuf, la feuille de laurier, un peu de noix de muscade, quelques baies de poivre noir et un peu de sel dans un poêlon.
- Mélangez bien pour « diluer » l'œuf.
- Faites chauffer à feu doux ; quand le lait est chaud, coupez le feu et tamisez le lait.
- Faites fondre le beurre et versez la farine pour former un roux.
- Faites très légèrement cuire et versez le lait filtré en filet, par dessus, tout en fouettant vigoureusement.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Séparez les blancs des jaunes des 2 œufs restants, et ajoutez les jaunes et la ciboulette hachée en fouettant vigoureusement.
- Émiettez le fromage de chèvre et mélangez-en les $\frac{3}{4}$ à la sauce.
- Battez les blancs en neige et ajoutez-les à la préparation au fromage.
- Beurrez les ramequins et remplissez-les avec le mélange au fromage jusqu'à 1 cm du bord.
- Faites cuire au four (*sans air pulsé*) sur 160°C pendant 25 minutes.
- Parsemez le reste du fromage de chèvre émietté au dessus de chaque soufflé. Laissez-les encore 5 minutes dans le four éteint.
- Démoulez et dressez sur un lit de salade sur des assiettes individuelles.