

## Soufflé aux crevettes grises

**Nombre de personnes:** 4

**Temps de préparation:** 45 minutes

### Ingrédients:

- 125 g de beurre
- 50 g de farine
- 350 g de crevettes grises
- 40 cl de lait entier
- Noix de muscade
- 4 œufs
- Sel
- Poivre

### Recette:

- Préchauffez le four (sans air pulsé) à 200°C.
- Portez le lait à ébullition.
- Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et mélangez pour obtenir un roux blond.
- Versez le lait bouillant, petit à petit, en mélangeant sans cesse pour éviter les grumeaux.
- Faites épaissir à petit feu (assez épais car les blancs d'œufs liquéfie la pâte). Laissez tiédir.
- Séparez les jaunes des blancs d'œufs.
- Battez les blancs en neige ferme avec une pincée de sel.
- Mélangez les crevettes avec les jaunes d'œufs et ajoutez-les à la sauce blanche. Salez légèrement, poivrez et muscadez.
- Incorporez délicatement les blancs d'œufs en soulevant la masse avec une spatule.
- Beurrez un plat à bord haut, versez-y la pâte et faites cuire au four chaud pendant 30 à 35 minutes.
- Servez sans attendre.

### Remarque:

Vous pouvez également faire des ramequins individuels ; le temps de cuisson est alors de 20 minutes.

### Accompagnement:

Servez avec une baguette et une salade rafraîchissante comme un mélange de tomates, concombre, oignons.