



Entrées

Soufflé au fromage et saumon fumé

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 cuillère à soupe de farine
1⁹/₄₀ litre lait (chaud)
60 grammes de Gouda (râpé)
50 grammes saumon (fumé, en fines lamelles)
1 cuillère à café de persil (ciselé)
4 jaunes d'oeuf
5 blancs d'œufs
40 grammes de beurre

Méthode de préparation

Faites fondre 30 g de beurre dans une petite casserole, puis incorporez la farine. Laissez mijoter ce roux environ une minute et demie à feu doux.

Ajoutez ensuite progressivement le lait. Laissez mijoter 6-8 minutes supplémentaires, puis ajoutez le fromage râpé ainsi que les jaunes d'œufs. Retirez du feu et réservez.

Préchauffez le four à 200 °C. Beurrez généreusement 4 ramequins. Montez les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils forment des pics fermes. Incorporez la moitié des blancs d'œufs, le persil et le saumon à la sauce au fromage.

Ajoutez ensuite les blancs d'œufs restants. Répartissez le mélange dans les ramequins et enfournez pendant 18-20 minutes.

Ustensiles de cuisine

Four

