

Recette N° 3

SOUFFLÉ à la CREVETTE

INGRÉDIENTS

Pour 8 ramequins

- 50 g de farine
- 50 g de beurre
- 500 g de bisque de crevettes
- Un peu de crème liquide entière à 30 % de MG minimum
- Tabasco
- Fromage râpé
- 2 gros œufs (ou 3 petits)
- 3 blancs d'œufs
- Quelques morceaux de crevettes

PREPARATION

Faire une béchamel avec la bisque de crevettes. Si elle devient trop épaisse, ajouter un peu de crème liquide et un peu de lait entier froid.

Enfin, ajouter quelques gouttes de tabasco, du fromage râpé (2 à 3 poignées), bien mélanger et laisser refroidir.

Rajouter 2 jaunes d'œufs dans la béchamel refroidie.

Puis monter les blancs au batteur et les rajouter à la masse béchamel et les incorporer doucement. Ajouter également des morceaux de crevettes ou les mixer selon le goût de chacun

Préchauffer le four à 200° en ayant pris soin d'y mettre une plaque à pâtisserie afin qu'elle soit très chaude pour provoquer la poussée du soufflé.

Remplir au $\frac{3}{4}$ des moules (ramequins) bien beurrés et farinés et enfourner sur la plaque très chaude 30 à 35 mn à 200°.

Servir immédiatement dès la sortie du four !

Remarque du chef :

Le temps de cuisson est à adapter selon la dimension des moules. Lors de la réalisation de cette recette, il s'agissait de petits moules (le temps donné était adapté).