



Les soufflés au chocolat de François Perret
La recette de François Perret, chef pâtissier du Ritz Paris

Recette pour 2 personnes

(Quantités à doubler si l'on veut faire un grand soufflé pour 4 personnes)

Ingrédients

- 140 g de lait
- 2 jaunes d'œuf
- 7 g de maïzena
- 40 g de sucre cassonade
- 150 g de chocolat noir
- 110 g de blancs d'œuf
- 10 g de sucre semoule

1. Beurrer deux moules a soufflé individuelles (ou un grand moule pour 4 personnes) ou des tasses, selon vos envies et la vaisselle dont vous disposez.
2. Cette étape est très importante, il faut faire des mouvements vers le haut du moule avec le pinceau puis mettre du sucre cassonade à ras le moule et retourner le moule ensuite ce qui permet de bien recouvrir le beurre de sucre. Tout l'intérieur du moule doit être

entièrement couvert de sucre, si ce n'est pas le cas, le moule n'a pas été suffisamment beurré.

Réaliser la crème pâtissière

1. Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre et ajouter la maïzena. Faire chauffer le lait et le verser sur le mélange de jaunes d'œufs et maïzena, mélanger tout énergétiquement et verser dans une casserole et cuire à ébullition pendant 2 minutes.
2. Hacher le chocolat et le verser dans la casserole de crème pâtissière et bien mélanger le tout.
3. Monter les blancs d'œufs avec 10 g de sucre semoule sans pas trop les serrer.
4. Mélanger délicatement les deux appareils pour garder un mélange bien aéré.
5. Garnir les moules à ras le bord à l'aide d'une poche à douille (ou à défaut avec une cuillère) et les enfourner à 200 degrés pendant à peu près 10 minutes.
6. A déguster dès la sortie du four.

Conseils du chef

Le temps de cuisson dépendra un peu de la taille de vos moules. Pour un grand soufflé de 4 personnes enfourner le moule à 200 degrés et ensuite baisser la température à 180 degrés pendant 15 à 18 minutes.