



Petits soufflés au Tendre Meule Emmental Entremont

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 130 g de portion Tendre Meule Emmental Entremont
- 30 g de farine
- 4 œufs à température ambiante
- 40 g de beurre doux
- 25 cl de lait demi-écrémé Candia
- Sel
- Poivre

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Dans une casserole, faire fondre 30 g de beurre à feu doux, puis ajouter la farine en pluie et fouetter en veillant à ne pas faire de grumeaux. Délayer ensuite avec le lait, petit à petit, en continuant de fouetter jusqu'à ébullition. Quand le mélange bout, ôter la casserole du feu et laisser refroidir.
3. Séparer les jaunes des blancs d'œufs. Avec une fourchette, percer les jaunes d'œufs et les incorporer dans la béchamel une fois le mélange refroidi. Fouetter et réserver.
4. Râper le fromage portion Tendre Meule Emmental Entremont et l'incorporer au mélange précédent tout en remuant. Saler et poivrer.

5. Battre les blancs en neige avec une pincée de sel et les incorporer délicatement à la préparation au fromage sans les casser. Mélanger à l'aide d'une spatule, jusqu'à ce que le mélange soit lisse.
6. Beurrer et fariner des moules à soufflé avec les 10 g de beurre restant, puis y répartir la préparation. Enfourner pour 30 minutes de cuisson. Dès que les soufflés au fromage sont cuits, les servir seuls ou accompagnés d'une salade et déguster.