

Le soufflé de poirée verte

Ingrédients pour 8 ramequins

300g de poirée verte (blettes-épinards)
1/2 L de lait
3 jaunes d'œufs
75g de farine
50g de beurre
5 blancs d'œufs battus en neige ferme

Préparation

Détailler finement la poirée verte, la mettre à cuire à feu doux dans le lait pendant 20 min.
Mixer le lait de cuisson, la poirée verte, la farine, les œufs, le beurre.
Laisser refroidir.
Monter les blancs en neige et les incorporer délicatement.
Beurrer des ramequins ou un moule à soufflé et cuire au four à 230°C pendant 30 min.
Servir avec une vaporisation de vinaigre balsamique.



Source : <http://ecrireetmanger.canalblog.com>