

# Soufflé au fromage

**Recette pour 4 personnes**

## Description

Un classique de la cuisine, léger et plein de saveurs.

## L'astuce du chef

Vous pouvez utiliser du Beaufort à la place du comté. N'oubliez pas cette petite phrase qui dit : On attend le soufflé mais le soufflé n'attend pas.

## Ingrédients

### Pour le soufflé

- 30 Gr Beurre
- 30 Gr Farine
- 300 Ml Lait
- 2 Ml Noix de muscade
- 4 Unité(s) Oeuf
- 150 Gr Comté
- 4 Poignée(s) Mesclun
  
- Sel et poivre

## Préparation

- Temps de préparation **15.00 mins**

### Pour la béchamel

Dans une casserole mettre le beurre à feu moyen. Ajoutez la farine et remuer vivement pour obtenir un mélange lisse. Faites cuire 2 minutes sans laisser colorer. Retirez du feu, ajoutez le lait en continuant à fouetter pour éviter les grumeaux. Remettez sur le feu et cuire environ 10 minutes de plus, ajoutez sel poivre et muscade.

### Pour le soufflé

Séparez les blancs des jaunes, battre les blancs en neige avec une pincée de sel. Incorporez le fromage à la béchamel, ajoutez les jaunes un à un, puis ajoutez les blancs en neige doucement avec une spatule afin de ne pas les briser. Beurrez les moules, mettez l'appareil dans les moules et cuire au four 30 minutes sans ouvrir la porte, servir de suite avec la salade et la vinaigrette de votre choix.

**Bon appétit!**