



SOUFFLÉS au Foie Gras

Pour cette recette, il vous faut :

- 90g de foie gras entier cuit
- 17 cl de lait
- 20 g de farine
- 3 œufs frais entiers
- 30 g de beurre frais
- Sel et poivre

Préparation :

- 1 Préchauffez le four à 200°C (th.6/7).
- 2 Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et mélanger le tout. Retirez du feu la préparation et ajoutez le lait progressivement. Salez et poivrez. Ajoutez si vous le souhaitez une pincée de noix de muscade en poudre.
- 3 Préparez ensuite une sauce au foie gras. Pour cela, tranchez le foie gras en dés. Séparez les jaunes d'œufs des blancs et conservez-les dans deux saladiers différents. Ajoutez les jaunes d'œufs et le foie gras préalablement tranché à votre sauce béchamel. Mélangez jusqu'à ce que le mélange soit bien homogène. Le foie gras doit avoir complètement fondu. Montez les blancs en neige ferme. Ajoutez-y une pincée de sel et incorporez le tout délicatement à la préparation au foie gras.
- 4 Répartissez la préparation dans 4 ramequins beurrés et farinés. Remplissez vos ramequins aux $\frac{3}{4}$. Enfourez-les pendant environ 20 min. Servez aussitôt.

Bon appétit !

POUR PLUS DE RECETTES, CONSULTEZ NOTRE SITE : WWW.MICOULEAU-BEAUMONT.FR

