

# Plaisirs Gourmands d'Isa

## Soufflés Glacés aux Fraises

Pour 4 personnes :

(à faire la veille)

300 g de fraises  
2 cuillères à soupe de jus de citron  
130 g de sucre  
10 cl de crème liquide très froide  
2 blancs d'oeufs



Préparez les ramequins : entourez-les d'une bande de papier sulfurisé débordant de quelques cm et maintenez avec de la ficelle.

Montez la crème en chantilly et gardez-la au frais.

Lavez, équeutez, et coupez les fraises en petits morceaux.

Mettez-les dans une casserole avec le citron et le sucre. Portez à ébullition, puis baissez le feu pendant 3 min.

Egouttez les fraises et gardez le sirop sur feu très doux.

Montez les 2 blancs en neige très ferme. Tout en fouettant ajoutez le sirop en mince filet et continuez de battre pendant 5 min.

Incorporez la chantilly et répartir dans les ramequins.

Faites prendre jusqu'au lendemain au congélateur.

Sortez les soufflés 15 min avant la dégustation et enlevez le papier sulfurisé.

Vous pouvez accompagner les soufflés de la compotée de fraises.