

Soufflé au Grand-Marnier

Source :
ELLE à table
janvier - février 2010

C'était la première fois que j'essayais de cuisiner un soufflé. J'ai toujours pensé que c'était trop compliqué, qu'il fallait forcément le cuire tout de suite après l'avoir préparé. En fait j'ai préparé mon appareil, je l'ai réservé et je l'ai mis à cuire au cours du repas pour le déguster à sa sortie du four.

Un petit repas en amoureux délicieusement clôturé

Composition
pour 6 personnes

25 cl de lait
30 g de farine
20 g de Maïzena
120 g de sucre
4 c. à soupe de Grand Marnier
5 oeufs
30 g de beurre
1 gousse de vanille

Ustensiles : 1 casserole, 1 couteau, 2 saladiers, 1 fouet, 1 batteur électrique, 1 cuillère à soupe, 1 pinceau, 6 ramequins



Verser le lait dans une casserole. Fendre la gousse de vanille en deux et prélever les graines à l'aide de la pointe d'un couteau, les mettre avec la gousse dans le lait puis le porter à ébullition.

Séparer les blancs des jaunes de deux oeufs. Mettre les jaunes dans un saladier avec la farine, 50 g de sucre et la Maïzena. Fouetter puis verser le lait bouillant dessus sans cesser de remuer. Remettre la casserole sur le feu et faire épaissir sur feu doux pendant environ 5 minutes. Laisser tiédir.

Séparer les blancs des jaunes des trois oeufs restants. Monter les 3 blancs en neige, ajouter le reste de sucre quand les oeufs commencent à être montés puis continuer à battre 5 minutes.

Incorporer les trois jaunes à la crème tiédie, le Grand Marnier et les blancs d'oeufs.

Beurrer et sucrer les ramequins puis les remplir aux 2/3.

Préchauffer le four à 220°C puis enfourner les ramequins pour 7 à 8 minutes.
Servir dès la sortie du four.