

## Quenelles naturelles

Pour 8 quenelles:

- 75 g de lait
- 75 g d'eau
- 35 g de beurre salé
- 100 g de farine
- 2 oeufs
- poivre
- sauce au choix: tomate, béchamel, nantua
- fromage râpé pour gratiner



Mettre le lait, l'eau, le beurre et le poivre dans le bol du thermomix. Régler 5 min à 100° vitesse 1.

Ajouter la farine et mixer 1 min 30 à la vitesse 3.

Régler sur la vitesse 5 et ajouter les oeufs un par un par le trou du gobelet toutes les 15 secondes, et laisser tourner encore 30 sec après l'introduction du dernier oeuf.

Vider la pâte sur le plan de travail fariné et la diviser en 8 morceaux. Former les quenelles avec les mains légèrement farinées.

Faire chauffer de l'eau dans une grande casserole, et lorsqu'elle arrive à frémissements, pocher les quenelles 4 par 4 (attention qu'elles ne se collent pas entre elles). Compter 1 min de cuisson à partir du moment où elles remontent à la surface. Les retirer de l'eau à l'aide d'une écumoire puis les disposer dans un plat à gratin. Napper de sauce et saupoudrer de fromage râpé.

Enfourner 10 min à 200°.

### Préparation de la pâte sans thermomix:

Porter à ébullition dans une casserole, le lait, l'eau, le beurre et le poivre. Ajouter alors la farine d'un seul coup et bien mélanger avec une cuillère en bois (comme pour une pâte à choux, la pâte doit se détacher des parois de la casserole et former une boule). Hors du feu, ajouter les oeufs un par un en mélangeant bien à chaque fois. Le reste de la préparation des quenelles reste identique à celle indiquée ci-dessus.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com>