

GRATIN-SOUFFLÉ DE CHOU-FLEUR

Durée de préparation: 10 minutes

Durée de cuisson: 30 minutes

Type: Accompagnement

Ingrédients:

pour 6 personnes :

- 1 chou fleur
- 6 oeufs
- 100 g de crème fraîche
- sel, poivre
- noix de muscade

Descriptif:

préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).

Faire cuire le chou-fleur coupé en petits bouquets à la vapeur 5 min. Le réduire ensuite en purée en l'écrasant à la fourchette.

Incorporer les jaunes d'oeufs et la crème fraîche à la purée de chou-fleur ainsi que le sel, le poivre et la noix de muscade.

Monter les blancs en neige avec une pincée de sel et l'ajouter délicatement à la purée sans faire retomber les blancs.

Beurrer un moule à gratin, y verser la préparation.

Faire cuire 30 minutes au four.

