

L'Ile Gourmande d'une Fée

<http://feegourmandile.canalblog.com/>

Soufflé aux légumes



Ingrédients pour 4 personnes :

400g de pommes de terre
200g de carottes
200g de brocolis
100g de tome de brebis
10 cl de crème
sel, poivre, muscade
4 oeufs

Réalisation :

1/ Cuire les légumes à l'eau bouillante salée. Les réduire en purée.
2/ Ajouter à cette purée, les jaunes d'oeufs, le fromage en dés, la crème et très délicatement les blancs montés en neige ferme. Rectifier l'assaisonnement.
3/ Mettre dans un plat à soufflé beurré et enfourner dans un four préchauffé à 180°C, pendant 30 min.

Manger dès la sortie du four... sinon ça retombe !