

Soufflé au saumon et œufs de lump



Les œufs de lump, que vous choisirez rouges ou noirs ajoutent une note d'originalité à ce délicat soufflé.

Ingrédients pour 6 personnes

375 grammes de saumon frais
40 grammes d'œufs de lump
4 œufs entiers + 3 blancs d'œufs
sel et poivre

Pour la sauce béchamel:

40 grammes de beurre
40 grammes de farine
500 ml de lait entier
1/4 de cuiller à café de noix muscade
sel et poivre

Préparation

1. Faire cuire à la vapeur le saumon, sans la peau, puis l'écraser en fine purée. Réserver.
2. Préparer la sauce béchamel: faire fondre à feu doux dans une casserole le beurre. Saupoudrer progressivement la farine et mélanger doucement. Ajouter le lait froid et mélanger jusqu'à ce que la sauce s'épaississe. Ajouter la noix de muscade et rectifier l'assaisonnement.
3. Ajouter à la sauce béchamel le saumon réduit en purée et faire bouillir.
4. Retirer du feu puis ajouter les 4 œufs entiers et les œufs de lump et bien mélanger.
5. Monter les blancs en neige ferme et ajouter délicatement à la préparation.
6. Beurrer un plat à soufflé et y verser la pâte.
7. Faire cuire à four préchauffé (180°C) pendant 20 minutes (rallonger le temps de cuisson en altitude).

Bon appétit!