

# Soufflé de Tomme 8 Blumen aux fleurs sauvages

## Informations

Personnes : 4  
Préparation : 45 min.  
Cuisson : 45 min.



## Ingrédients

- 200 g de Tomme 8 Blumen
- 60 g de farine
- 60 g de beurre
- 40 cl de lait entier
- 4 œufs
- 1 gousse d'ail
- 1 feuille de laurier
- 1 râpure de muscade
- Sel fin, poivre du moulin

## Étapes de la préparation

1. Beurrez généreusement le ou les moules à soufflé et mettez-les au frigo avant de les remplir.
2. Préchauffez le four à 200°C.
3. Préparez une béchamel. Pour ce faire, dans une casserole, faites fondre le beurre.
4. Lorsque celui-ci est totalement fondu, ajoutez la farine et remuez rapidement pendant une minute. Laissez refroidir le roux.
5. Parallèlement, faites tiédir le lait en y ajoutant la gousse d'ail, la feuille de laurier et la râpure de muscade.
6. Lorsque le lait est bien infusé, passez au tamis et versez-le bien chaud sur le roux froid.
7. Faites cuire à feu doux tout en remuant à l'aide d'un fouet. Retirez du feu.
8. Séparez les blancs des jaunes d'œufs.
9. Râpez le fromage et ajoutez-le à la béchamel, fouettez énergiquement et ajoutez un à un les jaunes.
10. Montez les blancs en neige en ajoutant une pincée de sel.
11. Incorporez les blancs en neige à la béchamel en mélangeant délicatement.
12. Versez l'appareil à soufflé dans le ou les moules en laissant une marge de 2 cm du bord.
13. Enfourez pour 15 minutes.
14. Puis baissez le four à 180°C et laissez à nouveau 25 minutes. Veillez à ne pas ouvrir la porte du four pendant la cuisson.
15. Sortez les soufflés du four et dégustez-les très vite avant qu'ils ne retombent.

? **Astuce** : La recette peut se décliner en soufflé au jambon de Parme ou aux choux-fleurs.