

Une recette :

Soufflé de Potimarron à la Muscade

Dominique HEUGUES

- Eplucher le potimarron, le couper en gros dés.
- Le faire cuire à la vapeur pendant 15 minutes.
- L'égoutter et le passer au mixer.
- Préchauffer le four th.7 (220°C).
- Peler l'oignon, le hacher.
- Dans une grande casserole, faire fondre la margarine.
- Ajouter l'oignon, le faire blondir à feu doux.
- Verser la farine puis le lait en remuant constamment avec une cuillère en bois pour que le mélange soit homogène.
- Porter à ébullition et faire épaissir toujours en remuant.
- Retirer la casserole du feu, ajouter la purée de potimarron et la muscade.
- Casser les œufs, séparer les blancs des jaunes.
- Ajouter les jaunes à la préparation assaisonnée.
- Monter les blancs en neige ferme. Les incorporer au mélange sans les casser.
- Verser dans un moule à soufflé antiadhésif.
- Mettre au four 25m environ.
- Servir tiède avec une salade à l'huile de noisettes.

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de potimarron

1 oignon 4 œufs

1 cuillère à café de muscade

2 cuillères à café de farine (40 g) 2

cuillères à café de margarine 20 cl de
lait

sel, poivre