

Soufflé au Cointreau, matignon de fruits exotiques

• Nombre de personnes : 4 personnes • Difficulté : Moyenne • Temps de préparation : 20 mn • Temps de cuisson : 7-8 mn



RESTAURANT LE STOFFLET
49360 MAULEVRIER

Ingrédients :

Pour les soufflés :

- 4 blancs d'œufs
- 60 g de sucre semoule
- 2 jaunes d'œufs
- 40 g de Cointreau

Pour le matignon :

- 1 mangue bien mûre
- 2 oranges non traitées
- 2 fruits de la passion
- 2 kiwis
- 4 cuillères à soupe de sucre de canne
- ½ gousse de vanille (ou vanille liquide)

Pour chemiser les moules à soufflé :

- 30 g de beurre fondu
- 100 g de sucre



Préparation :

Ustensiles de préparation :

- 4 moules à soufflé (ø 10).
- 1 petite saucière ou 4 petits verres • 1 pinceau.

Matignon de fruits exotiques :

- Tailler en brunoise la mangue et les kiwis.
- Parer les oranges et faire des segments, tailler en grosse brunoise.
- Vider les 2 fruits de la passion et mélanger tous les fruits.

Conseil du Sommelier

Un Coteaux du Layon Faye d'Anjou, à la fois raffiné et emprunt de notes d'agrumes et de fruits mûrs, accompagnera ce dessert.

- Ajouter le sirop de canne et la vanille grattée (ou liquide).
- Débarrasser en saucière ou 4 petites verrines.
- Mettre au frigo pendant 1 heure • Chemiser les moules et réserver au frigo

Progression pour les soufflés :

- Mélanger au fouet 2 jaunes d'œufs avec 20 g de sucre. Blanchir.
- Ajouter 40 g de Cointreau • Monter les blancs d'œufs en bec d'oiseau et incorporer les 40 g de sucre • Mélanger les 2 appareils.
- Dans 4 moules à soufflé, incorporer l'appareil à ras • Cuisson entre 7 et 8 minutes. Four chaud à 190 ° sans ventilation.