Soufflés à la verveine, coulis de fraises

Une bien belle recette du chef Michel Guérard qui vous changera des traditionnels soufflés au chocolat. Cette petite merveille aérienne doit sa saveur exquise à la verveine, chère à la fois à mon cœur et à mes papilles gustatives. C’est un enchantement de raffinement!

Soufflés à la verveine, coulis de fraises

Ingrédients: pour 4 personnes

- 30 g de feuilles de verveine citronnelle fraîche
- 15 cl de lait entier
- 10 cl de crème fraîche liquide entière
- 3 jaunes d’œufs (60 g)

- 35 g de sucre semoule (pour blanchir les jaunes)
- 7 blancs d’œufs (210 g)
- 20 g de sucre semoule (pour monter les blancs)
- 20 g de maïzena
- le chef ajoute 1 cl d’alcool de verveine que je n’ai pas mis
- un peu de beurre pour beurrer les moules ainsi qu’un peu de sucre en poudre

Matériel:

- Moules à soufflés ou grands ramequins

Préparation:

- Préparez vos moules à soufflé: surtout ne touchez pas l’intérieur de vos moules avec vos doigts. Beurrez généreusement l’intérieur des moules avec du beurre ramolli mais pas fondu à l’aide d’un pinceau. Pour les bords partez du fond et remontez vers le haut: faites tout le tour de cette manière. Saupoudrez du sucre à l’intérieur en faisant tourner le moule pour que le sucre soit bien réparti. Puis retournez le moule pour ôter l’excédent de sucre. Ces petits détails sont importants pour que vos soufflés montent bien droits!

Beurrez et sucrez l’intérieur de vos ramequins

- Ciselez grossièrement 30 g de feuilles de verveine.

Ciselez grossièrement les feuilles de verveine

- Chauffez la crème et le lait dans une casserole.

Chauffez la crème, le lait et la moitié du sucre dans une casserole

- L'ébullition atteinte **coupez le feu** et plongez-y les feuilles de verveine préalablement ciselées. Filmez la casserole et laissez infuser 15 mn.

Plongez les feuilles de verveine préalablement ciselées dans le lait chaud

- Passez le tout au chinois et pressez bien les feuilles pour en extraire toute l’essence. Jetez les feuilles.

Passez au chinois

- Battez les jaunes et le sucre au fouet : le mélange doit changer de couleur et blanchir. Ajoutez alors la maïzena.

Battre jusqu’à blanchiment
et ajoutez la maïzena

- Versez le mélange lait crème parfumé à la verveine sur les jaunes blanchis. Mélangez bien et remettez l’ensemble sur le feu dans une casserole.

Versez le mélange lait crème parfumé à la verveine sur les jaunes blanchis. Mélangez bien

- Cuire à feu très doux en tournant en permanence au fouet jusqu’à épaississement.

Le mélange doit épaissir

- Filmez-la au contact pour éviter la formation d’une pellicule. Mettez le tout au frigo: la crème doit être froide quand vous incorporerez les blancs d’œufs montés.

Quand elle est bien refroidie le chef la mixe au blender avec un cl d’alcool de verveine avant d’incorporer les blancs d’œufs.

Filmez la crème au contact

- Préchauffez le four à 200°.
- Montez les blancs en neige avec 20 g de sucre semoule. Ils ne doivent pas être cassants mais avoir la texture d’une mousse à raser.

Montez les blancs d’œuf en neige

- Incorporez les blancs à la crème bien délicatement.

Incorporez les blancs à la crème bien délicatement

- Versez la préparation dans les moules (au 3/4) et enfournez pour 10 à 12 minutes. Surveillez bien la cuisson car le temps peut varier d’un four à l’autre en fonction de leur qualité. Surtout n’ouvrez pas le four pendant la cuisson: les soufflés retomberaient immédiatement…Les soufflés sont fragiles et retombent assez rapidement après cuisson. A vous de vous organiser pour un bon timing en fin de repas et servez-les immédiatement dés la sortie du four.

Soufflés à la verveine, coulis de fraises

Soufflés à la verveine, coulis de fraises

La verveine

La verveine est une de mes plantes aromatiques préférée; vous en trouverez facilement en jardinerie et vous pouvez la planter dans votre jardin ou en jardinière sur le balcon. Facile d'entretient elle repart tous les ans sans soin particulier. Fraîchement parfumée elle accompagne à merveille beaucoup de vos desserts; vous pouvez également en faire un sirop qui égaiera vos salades de fruits!

Pour d'autres recettes à base de verveine:

- Gelée de citron à la verveine. Pour la recette cliquez ici.

Gelée de citron à la verveine

- Le dessert aux fraises de Naoëlle d'Hainaut. Pour la recette cliquez ici.

dessert aux fraises de Naoëlle d'Hainaut

verveine