

Soufflé à l'orange

Ingrédients:

10 cl de lait - 20 cl de jus d'orange frais
30 g de maizena
4 jaunes d'oeuf
5 blancs d'oeuf
100 g de sucre en poudre
5 cl de fleur d'oranger



Préparation:

Etape 1:

Dans une casserole mélangez les jaunes d'oeuf avec le sucre et la maizena et délayez avec le lait et le jus d'orange. Portez à ébullition et faites épaissir sans cesser de remuer. Otez du feu et rajouter l'eau de fleur d'oranger

Etape 2:

Préchauffez le four à 180 . Beurrer 6 ramequins et saupoudrez de sucre

Etape 3:

Montez les blancs en neige très ferme et incorporez les délicatement au mélange précédent.

Etape 4:

Répartissez la préparation dans les ramequins et enfournez pour 12 à 15 min.

Etape 5:

A servir aussitôt sortis du four