

## Petits soufflés d'épinards au jambon

POUR 2 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN. - CUISSON : 20 MIN.



*Les enfants ne pourront résister à ce délicieux soufflé aux épinards si joliment présenté !*

- 200 g d'épinards hachés
- 1 tranche de jambon de Paris
- 25 g de beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 4-5 cuillères à soupe de lait 1/2 écrémé
- 50 g de fromage râpé
- 2 œufs
- Sel, poivre

• Réchauffez les épinards. Coupez le jambon en petits morceaux. Faites chauffer la moitié du beurre avec la farine. Quand le roux commence à dorer, ajoutez le lait et mélangez bien. Ajoutez ensuite les épinards, le fromage râpé et le jambon. Salez et poivrez. Mélangez bien puis ajoutez les jaunes d'œufs • Montez les blancs en neige et incorporez-les doucement. • Versez l'appareil dans un moule à soufflé beurré. Faites cuire à 200 °C (Th. 6) pendant 20 min environ • Plongez un couteau fin pour vérifier la cuisson : s'il ressort propre, le soufflé est cuit.



Facile

