

POMMES DE TERRE FARCIES

soufflées



🍴 4 🕒 15 min 📅 30 min

4 pommes de terre de 200 g chacune • 1 œuf • 60 g de gruyère râpé • 4 cuil. à soupe de lait demi-écrémé ou de lait de soja • muscade • sel

① Épluchez les pommes de terre, creusez légèrement chacune d'elles (enlevez environ 50 g de chair par pomme de terre), puis faites cuire à la vapeur, environ 15 minutes, les pommes de terre creusées, ainsi que la chair retirée. ② Préparez une purée avec la chair de pomme de terre, en ajoutant le lait, du sel et de la muscade. Ajoutez à cette purée le jaune d'œuf et le gruyère râpé, puis incorporez délicatement le blanc d'œuf battu en neige ferme. ③ Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). ④ Garnissez les pommes de terre creusées avec ce mélange et passez au four pendant 15 minutes environ.

Notre suggestion : cumin, curry, graines de fenouil... faites-vous plaisir en variant les épices !