

Soufflés sucrés

Soufflé saint germain, sorbet coco



25h07 **1h** **7 min** **24h** **462**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du sorbet coco

- 1 Verser l'eau, le sucre et le glucose dans une casserole, amener à ébullition.
- 2 Verser la purée de noix de coco dans un saladier et placer ce dernier dans un saladier plus grand rempli d'eau glacée.
- 3 Verser l'eau au glucose et au sucre sur la purée de coco. Mélanger puis laisser refroidir.
- 4 Verser ce mélange dans une sorbetière et la faire tourner pendant 30 minutes.
- 5 Réserver le sorbet coco pendant 24 heures au réfrigérateur.

Étape 2

Gelée St Germain

- 1 Verser l'eau, la liqueur, le sucre et l'agar-agar dans une casserole sur feu vif.
- 2 A partir de l'ébullition, compter 1 minute.
- 3 Placer du film alimentaire dans le fond et les bords d'un moule carré en le faisant dépasser puis verser le mélange dedans.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le soufflé

60 g **Jaune(s) d'oeuf**
90 g **Blanc(s) d'oeuf**
60 g **Sucre semoule**
25 ml **Liqueur St-Germain**

Ingrédients pour le sorbet coco

500 g **Purée de noix de coco**
100 g **Sucre semoule**
50 g **Glucose**
185 ml **Eau**

Ingrédients pour la gelée St-Germain

200 ml **Liqueur St-Germain**
250 ml **Eau**
50 g **Sucre semoule**
10 g **Agar-agar**

Ingrédients pour le

- 4 Réserver au réfrigérateur jusqu'à ce que la préparation prenne la consistance d'une gelée.
- 5 Sortir le moule du réfrigérateur, le retourner sur une assiette pour démouler la gelée et tirer sur le film.
- 6 Tailler des cubes de 1,5 cm de côté environ à l'aide d'un couteau éminceur.

dressage

1 Sucre glace

Étape 3

Préparation du soufflé

- 1 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Dans un bol, mélanger la liqueur St Germain avec les jaunes d'oeufs à l'aide d'une fourchette.
- 3 Verser les blancs d'oeufs dans la cuve du batteur et les monter en neige.
- 4 Lorsque les blancs commencent à monter, ajouter le sucre pour les serrer. Une fois bien fermes, transvaser les blancs dans un saladier.
- 5 Incorporer délicatement les blancs en neige au mélange de jaunes d'oeufs et d'alcool à l'aide d'une maryse.
- 6 Beurrer les moules individuels puis verser l'appareil à soufflé dedans.
- 7 Enfourner les soufflés pendant 6 minutes.
- 8 Sortir les soufflés du four et les saupoudrer de sucre glace.

Étape 4

Dressage

- 1 Disposer le moule contenant le soufflé sur une assiette plate.
- 2 Disposer quelques cubes de gelée St germain puis une boule de sorbet coco à côté.
- 3 Servir aussitôt pour que le soufflé ne retombe pas !