

Libreta: Huevos
Creado: 25/03/2018 10:21
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/soufl%c3%a9-de-queso-fresco.html>

Souflé de queso fresco

INGREDIENTES

- 250 gr. de queso fresco
- 5 claras
- 3 yemas
- 1 vaso de leche
- 2 cucharadas de harina de trigo
- 2 cucharadas de harina de maíz refinada
- 4 espárragos frescos
- mantequilla y harina (para los moldes)
- sal

PREPARACIÓN

Tamiza la harina de trigo y la harina de maíz refinada sobre un cuenco con ayuda de un colador. Añade la leche y bate con la varilla hasta que esté bien mezclado. Incorpora el queso cortado en dados y remueve con una varilla hasta obtener una crema homogénea. Sazona la crema, pásala a una cacerola y cocínala a fuego suave (sin dejar de batir) hasta que espese. Retírala del fuego y deja atemperar. Cuando esté atemperada añade las 3 yemas y mezcla bien. Reserva.

Monta las claras a punto de nieve. Sazona. Añádelas a la crema y mezcla con suaves movimientos envolventes. Reserva.

Unta 4 moldes aptos para horno con mantequilla y espolvóralos con harina.

Rellénalos con la crema (las $\frac{3}{4}$ partes), colócalos en una bandeja apta para horno y hornea (con el horno precalentado) a 175° C, durante 15-20 minutos.

Lava y pica finamente los espárragos. Sirve un molde en cada plato y espolvorea los soufflés con los espárragos picados.

Nota:

Si al romper un huevo, la clara aparece líquida en lugar de gelatinosa, es porque tiene más de un mes, y hay que desecharlo