



Soufflés glacés au citron vert

- Par [vision-plaisir](http://www.vision-plaisir.fr)

Un peu de fraîcheur le début de l'été.

Ingrédients de la recette des Soufflés glacés au citron vert :

- [4 citrons verts](#) + 1 citron pour la décoration
- [100 g de sucre en poudre](#)
- 4 œufs entiers
- 200 g de crème liquide entière
- 2 feuilles de gélatine
- Menthe fraîche

pour 4 personnes

La confection de la recette des Soufflés glacés au citron vert :

Entourer les 4 ramequins d'une bande d'aluminium de cuisine en faisant dépasser celle-ci de 4 cm. Doubler voire tripler la feuille d'aluminium pour

qu'elle soit rigide. Maintenir la feuille avec des élastiques ou du scotch. Vous pouvez réaliser aussi avec du **carton glacé**. Les disposer sur une plaque et les mettre au congélateur. Mettre à **gonfler les feuilles de gélatine** dans l'eau **froide**. Fouetter la crème liquide et la réserver au réfrigérateur. Laver les citrons et en râper 4 pour en extraire les zestes. Couper les citrons et en extraire leurs jus. Casser les œufs en séparant les blancs des jaunes. Mettre dans un saladier inox de préférence les jaunes d'œufs, les zestes et jus de citron et le sucre en poudre. Batta pour dissoudre le sucre. Mettre au bain-marie et continuer à battre jusqu'à obtenir une crème citron qui épaississe et **double de volume**. Retirer du bain-marie et terminer de battre au batteur quelques minutes. Essorer la gélatine, **la fondre dans une casserole doucement sur un feu doux**. Verser votre gélatine sur votre crème citron et mélanger. Remplir un grand **saladier de glaçons et déposer dessus votre crème citron**. Cela permet de faire descendre en température votre crème citron. Retirer votre crème citron de la glace quand elle est sur le point de prendre. Ajouter la crème fouettée et mélanger délicatement. **Battre les blancs d'œufs en neige ferme** et les incorporer à leur tour à la préparation. Sortir vos ramequins du congélateur et verser votre préparation citron dans chaque ramequin. Lisser la surface et mettre vos ramequins dans le réfrigérateur pendant **5 heures**.

Pour le dressage, décoller délicatement les bandes d'aluminium en passant une lame d'un couteau très fin sur le long de la paroi des soufflés. Couper des rondelles de citron ou des cubes de citron confit et ajouter une feuille de menthe sur vos soufflés au citron vert. Servir sans attendre.

Plaisir