

30 MIN.
de prép.

1 H
en tout

little FOOBY

343 KCAL
par pièce

☆☆☆
Second de cuisine



DÉLICIEUX RAMEQUINS AU FROMAGE

USTENSILES



Récipient



Emporte-pièce

Pour 8 petits moules allant au four ø env. 7 cm, graissés et farinés



Fourchette



Râpe à röstis



Cuillère à soupe



Cuillère à café



Fouet



La balance de cuisine

IL VOUS FAUT

pour 8 pièces

VOICI COMMENT FAIRE

Passages surlignés: les enfants peuvent aider!

1

Fond des ramequins

- 1 pâte feuilletée rectangulaire abaissée
- un peu de beurre
- un peu de farine blanche

Beurrer et fariner les ramequins. Dérouler la pâte, découper à l'emporte-pièce 8 disques d'env. 10 cm de Ø et les disposer dans les ramequins.



2

Piquer le fond plusieurs fois avec une fourchette, puis les mettre brièvement au frais.



Autres étapes sur la page suivante



little FOOBY

3

Liaison

200 g	de fromage Appenzeller
100 g	de Gruyère
1 cs	de farine blanche
2	œufs frais
1 ½ dl	de lait
1 dl	de crème entière
¼ cc	de sel
un peu	de noix de muscade

Râper le fromage à la râpe à rösti, ajouter la farine et mélanger. Battre les œufs avec le lait et la crème, incorporer le fromage, assaisonner le mélange puis le répartir dans les ramequins.



4

Cuisson

Faire cuire env. 30 min. dans le bas du four préchauffé à 180 °C.

BON À SAVOIR



Retrouvez la recette sur:
little.fooby.ch/fr/recettes/19241/