

## *Soufflé aux Brocolis et à la Feta (pour 6 ramequins)*

3 Œufs  
250 g Brocoli  
100 g Feta  
150 ml crème liquide légère  
Persil haché  
Sel et Poivre

Préchauffez votre four à 180°C

Faites cuire votre brocoli. Gardez 6 petites florettes pour la décoration juste avant de servir.

Séparer les jaunes des blancs.

Monter les blancs en neige avec une pincée de sel.

Mettez les jaunes d'œufs avec les autres ingrédients dans un mixer, et mélanger les bien.

Mélanger cette préparation et les blancs avec une cuillère en fer (les blancs retombent beaucoup moins). Partagez le tout dans des petits ramequins individuels. Il n'y a aucun besoin de les beurrer ni de les fariner.

Cuire les soufflés à 180° pendant 20 minutes. La cuisson dépend évidemment des fours. Il faut que les soufflés soient un peu dorés. Mettez une florette sur chaque soufflé, et servir sans trop hésiter.

Bon appétit !