

## CREPE SOUFFLEE A LA MIRABELLE

- **Type de plat** : Dessert
- **Difficulté** : Facile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 1 h
- **Temps de cuisson** : 15 min
- **Calories** : Elevé
- **Pays** : France



### Ingrédients pour 4 personnes

#### Pour les crêpes :

- 150 g de farine
- 2 petits œufs
- 4 cuillères à soupe de sucre
- 50 g de beurre fondu
- 100 ml d'eau tiède
- 200 ml de lait
- zeste d'un citron
- sel
- 5 cl d'eau de vie de mirabelle (*c'est la touche personnelle du normand*)

#### Crème pâtissière :

- 50 cl de lait
- 80 g de sucre en poudre
- 3 jaunes d'œuf
- 50 g de maïzena
- 2 cuillères à soupe de confiture de mirabelles
- quelques gouttes d'eau de vie de mirabelle

#### Pour le soufflé :

- 3 blancs d'œufs

### Etapas de préparation

1. Préparez des crêpes de taille petite ou moyenne eh oui : la crêpe soufflée ça tient au corps, et surtout, c'est difficile à transférer de la plaque du four à l'assiette !
2. Préparez la crème pâtissière.
3. Versez le lait dans une casserole et chauffez jusqu'au frémissement.
4. Battez le sucre en poudre et les jaunes d'œufs dans un saladier.
5. Ajoutez la farine.
6. Versez le lait frémissant petit à petit en mélangeant.
7. Remettez le tout dans la casserole et remuer constamment quelques minutes sur feu doux jusqu'à épaississement.
8. Hors du feu, ajoutez la confiture de mirabelles et l'eau de vie de mirabelles.
9. Battez les blancs d'œufs en neige. Incorporez-les délicatement à la crème pâtissière.
10. Posez les crêpes sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.
11. Garnissez-les au centre de crème-blancs d'œufs (laissez les bords libres, pour éviter que la crème ne déborde à la cuisson).
12. Repliez chaque crêpe en deux.
13. Enfourez dans un four préchauffé à 200°C pendant 15 min environ.
14. Servez chaud !
15. Facultatif : une boule de sorbet de mirabelles et quelques mirabelles (confiture pour le décor).

