
Suflet z krabow

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1884 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 5 min.

225 g miesa z krabow,

3 lyzki tartego ementalera,

3 zoltka,

bialko z 4 jaj,

maslo do smarowania formy.

Beszamel:

300 ml mleka,

2 lyzki masla,

2 lyzki maki,

1 lyzeczka koncentratu pomidorowego,

1 lyzeczka musztardy,

kilka kropel sosu "Tabasco",

sol, pieprz.

1. Maslo stopic, dodac make i, ciagle mieszajac, trzymac na ogniu 2-3 min. Dodawac stopniowo gorace mleko i mieszac poki nie zgestnieje. Osolic, doprawic koncentratem pomidorowym, musztarda, sosem "Tabasco" i pieprzem.

2. Zoltka starannie rozetrzec w miseczce, po czym, stale mieszajac, dodawac stopniowo cieply beszamel. Mieszac do uzyskania jednolitej masy. Polaczyc z rozdrobnionym miesem z krabow i odstawic do ostygnięcia.

3. Bialka ubic na sztywna piane i polaczyc delikatnie z uzyskana wczesniej masa. Przelozyc do natluszczonej i posypanej 1 lyzka tartego ementalera formy

sufletowej. Z wierzchu posypac reszta sera.

4. Piec 35 min w nagrzanym do temp. 180°C piekarniku. Wierzch sufletu powinien sie zazlocic. Wyjac z formy i podawac od razu.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 4 "Kuchnia francuska I", strona 62.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)