



# Soufflé au fromage d'Edam



## Ingrédients pour 1 portion

|             |                               |
|-------------|-------------------------------|
| 120 ml      | Fresubin® 2 KCAL Drink Neutre |
| 100 g       | pain de mie                   |
| 50 g        | fromage (Edam)                |
| 60 g        | champignons frais             |
| 1           | œuf                           |
| 1/2 c. à c. | huile de colza                |
| 1 c. à c    | beurre                        |
|             | sel, poivre, ail              |

## Valeurs nutritives par portion

|                |          |
|----------------|----------|
| Energie.....   | 191 kcal |
| Protéines..... | 3,8 g    |
| Glucides.....  | 34,5 g   |
| Lipides.....   | 0,0 g    |



## Préparation

1. Couper le pain de mie et l'Edam en dés et les champignons en tranches. Beurrer le plat à gratin. Saisir les champignons dans un peu d'huile.
2. Battre l'œuf avec Fresubin® 2 KCAL Drink Neutre et les épices, verser l'ensemble sur le pain, le fromage et les champignons et bien laisser imbiber.
3. Mélanger et mettre dans le plat à gratin. Lisser la surface. Cuire au four à 175 °C pendant environ 30-35 minutes.