[**Soufflés au Grand Marnier et à l’orange**](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/recette/262574/8412134052/souffles_au_grand_marnier_et_a_l_orange.shtml)

**Préparation :** 25 mn
**Cuisson :** 35 mn
**Repos :** 0 mn

**Pour 6 personnes :**

   30 g de beurre fondu

   2 cuillères à soupe de sucre en poudre

Sauce :

   70 ml de jus d’orange

   1/3 de tasse de crème fleurette

   1/3 de tasse de sucre en poudre

   50 g de beurre

   2 cuillères à soupe de maïzena

   1 cuillère à soupe d’eau

Soufflés :

   250 ml de lait

   1/4 de tasse de sucre en poudre

   3 jaune d’œufs

   1/3 de tasse de farine

   70 ml de jus d’orange

   2 cuillères à soupe de [zeste](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/111/zeste.shtml) d’orange

   60 ml de Grand Marnier

   4 blancs d’œufs

   2 cuillères à soupe de sucre en poudre en supplément

   1 cuillère à soupe de sucre glace

|  |
| --- |
|  |
| * Préparation
 |
|

|  |  |
| --- | --- |
|  |  1     Préchauffer le four à 180°C.Beurrer 6 [moules](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/encyclopedie/fiche_composant/94/moule.shtml) à soufflé d’une contenance de 120 ml. Y verser un peu de sucre en poudre en tournant les ramequins pour que le sucre adhère à la surface.  |
|  |  2     Sauce :Mettre le jus, le crème, le sucre et le beurre dans une casserole. Remuer et porter à ébullition. [Réduire](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/99/reduire.shtml) la flamme et laisser [mijoter](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/86/mijoter.shtml) 3 minutes.Mélanger la maïzena et l’eau. Ajouter à la sauce et [fouetter](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/67/fouetter.shtml) sur feu doux 1 minute, jusqu'à ce que le liquide épaississe et soit lisse.  |
|  |  3     Soufflés :Porter le lait et 1 cuillère à soupe de sucre en poudre à ébullition dans une casserole.[Battre](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/10/battre.shtml) les jaunes d’œufs et le sucre restant. Ajouter la farine et bien mélanger. Ajouter peu à peu le lait.Remettre dans la casserole. Ajouter le jus, le [zeste](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/111/zeste.shtml) et l’alcool et mettre dans un bol. Laisser refroidir légèrement.  |
|  |  4     Barre les blancs d’œufs en neige. Ajouter le sucre en supplément et [battre](http://www.linternaute.com/femmes/cuisine/definition/10/battre.shtml) jusqu'à dissolution. Incorporer les blancs d’œufs dans le crème.Remplir les ramequins aux trois-quarts. Avec un couteau, agiter la surface pour que le soufflé monte uniformément.Cuire 25 minutes, jusqu’à ce qu’il soit doré. Saupoudrer de sucre glace et servir, accompagné de la sauce dans une jatte.  |

 |