

QUENELLES NATURES

Ingrédients / pour 3 personnes

- 200 g de [farine](#) type 55
- 3 oeufs
- 250 ml d'eau
- 50 g de [beurre](#) ou de [margarine](#) végétale
- 1 bonne pincée de [sel](#)

Réalisation

- Difficulté : Facile
- Préparation 15 mn
- Cuisson 10 mn
- Temps total 25 mn

Préparation

1) Dans une casserole à [fond](#) épais, faire bouillir l'eau, le beurre et le sel. Verser la farine d'un seul coup comme pour la pâte à choux, faire cuire 5 minutes à feu doux en remuant pour [dessécher](#) la pâte. Retirer du feu et incorporer 1 à 1 les oeufs en remuant entre chaque oeuf.

2) Quand la pâte est tiède, faire un gros boudin sur une planche farinée et le détailler en 9 tranches (environ 60 g). Prendre chaque tranche et la façonner en quenelle entre les 2 mains, (ou la faire rouler sur la planche) d'une longueur d'environ 7 à 8 cm.

Pour finir :

Les [pocher](#) dans de l'eau frémissante salée, elles sont cuites quand elles remontent à la surface (environ 10 minutes).