QUENELLES ET SOUFFLÉS *au Air Fryer*

Quenelles & Soufflés

Cuisson

15 À 20 MIN



INGRÉDIENTS

- **Quenelles au beurre Saint Jean (nature ou brochet)**
- **Suprêmes soufflés Saint Jean**

RECETTE

Préparation

Saviez-vous que nos quenelles et nos suprêmes soufflés Saint Jean sont parfaitement adaptés pour une cuisson au Air Fryer ?

Disposez les entiers ou découpés en tronçons dans le bac de votre Air Fryer :

- **Pour des quenelles au beurre :** cuisson à 15min à 200°.
- **Pour des suprêmes soufflés :** cuisson à 20min à 200°.

Petite astuce ! Pour plus de gourmandise, vous pouvez les agrémenter de la sauce de votre choix. Dans ce cas, déposez les dans un plat, recouvrez le de sauce et rajoutez 5min de cuisson au temps recommandé ci-dessus.

Nous vous proposons par ailleurs une sélection de nos sauces Saint Jean parfaitement adaptées à vos envies ! (découvrez les ICI)

Astuce

Découpez les quenelles en petit tronçons de 2 à 3 cm, aprés 15min à 200° au four, vous pourrez en faire des gougères pour un apéritif original et gourmand.