

# Quenelles nature maison

Apprenez à faire de délicieuses quenelles légères et moelleuses avec cette recette facile et rapide. Le tout en 15 minutes chrono !

Préparation  
10 mins

Temps de cuisson  
5 mins

Temps total  
15 mins



Plat: Plat principal Cuisine: France Mot clé: Quenelles  
Quantité: 8 quenelles Calories: 255kcal Auteur: Sophie

★★★★★  
4.78 from 18 votes

## Ingrédients

- 115 ml de lait
- 115 ml d'eau
- 60 g de beurre salé (ou beurre doux + 1 cuillère à café pas trop remplie de sel)
- 150 g de farine
- 3 oeufs

## Instructions

1. Dans une casserole, mettre le lait, l'eau et le beurre salé (ou beurre doux + sel). Dès que le beurre a fondu et que le mélange commence à bouillir, ajouter la farine en une seule fois. Remuer sans arrêter jusqu'à ce que le mélange se décolle des côtés et forme une boule de pâte.
2. Arrêter le feu. Ajouter les œufs un à un en remuant vigoureusement afin de bien incorporer chaque œuf avant d'ajouter le suivant.
3. Verser la pâte sur un plan de travail fariné. Former les quenelles à l'aide de deux cuillères à soupe. Si vous avez du mal à former les quenelles, formez tout simplement des boudins avec vos mains.
4. Pocher les quenelles quelques minutes dans de l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles remontent à la surface. Égoutter les quenelles. Elles sont prêtes à être cuisinées !