Moelleux pain fenouil

<u>Ingrédient pour 4 moelleux individuels</u>

200 g de pain (j'ai utilisé du pain semi complet bio au sésame)
1 fenouil
1 gros oignon
2 œufs
½ litre de lait + ½ verre d'eau.
Fromage râpé
Sel, poivre, muscade

1. Coupez en petits dès le fenouil et l'oignon et les faire revenir dans un peu d'huile d'olive. Salez, poivrez et relevez avec un peu de muscade.
2. Rajoutez le pain coupé en petits morceaux. Mélangez aux légumes puis versez le lait et le demi verre d'eau. Laissez mijoter le temps que le pain est absorbé tout le liquide.
3. Ecrasez la préparation avec la spatule…oui, pour l'instant ce n'est pas très appétissant.
4. Laissez tiédir
5. Incorporez les jaunes d'œufs puis les blancs montés en neige avec délicatesse.
6. Versez dans 4 gros ramequins huilés et farinés.
7. Saupoudrez de fromage râpé et enfourné à 180°C pendant environ 25 min.
8. Dégustez froid

Vous pouvez rajouter 2 figues sèches coupées en dès pour plus de fantaisie…ou, j'y pense rarement, quelques morceaux de jambon cru !