



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Fondue au fromage et à la bière

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

### INGRÉDIENTS

- 1 gousse d'ail coupée en deux
- 1 1/3 tasse de bière blanche ou bouillon de poulet sans sel
- 8 oz de cheddar mi-fort râpé
- 6 oz de gruyère râpé
- 2 cuillères à table de fécule de maïs
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 4 oz de fromage à la crème coupé en cubes
- 1 cuillère à table de jus de citron
- 1 cuillère à table de calvados ou brandy

Préparation	25 minutes
Cuisson	10 minutes
Portion(s)	6 portions

### VALEURS NUTRITIVES

#### Par portion

Sodium	49 mg
Protéines	2 g
Calories	46
Total gras	4 g
Cholestérol	11 mg
Gras saturés	2 g
Total glucides	1 g

### PRÉPARATION

1. Frotter la paroi intérieure d'un plat à fondue ou d'une casserole à fond épais avec le côté coupé de l'ail. Verser la bière dans le plat et porter au point d'ébullition à feu moyen.

2. Dans un bol, mélanger le cheddar, le gruyère, la fécule de maïs et le piment de Cayenne. À l'aide d'une cuillère de bois, ajouter le mélange de fromage à la bière, en trois fois, en brassant bien après chaque addition. À l'aide d'un fouet, ajouter le fromage à la crème et le jus de citron et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit lisse. Incorporer le calvados. Déposer le plat sur le réchaud (régler le réchaud pour maintenir une faible ébullition et remuer souvent).

Donne environ 3 t (750 ml)

#### Le bon truc

La fondue doit être servie chaude et bouillonnante, il est donc important de la mettre dans un plat à fondue. On l'accompagnera d'asperges et de bouquets de brocoli blanchis, de pommes de terre bouillies et de tranches de pomme.