



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 06.03.2014 – Tisch 3

Soufflé au fromage

Poulet au vin jaune et aux morilles

Tarte au citron

Soufflé au fromage

Für 12 Personen

4	Stk	Grosse Eier (oder 5 mittlerer Grösse)
150	g	Gruyère gerieben
60	g	Butter
60	g	Mehl
40	cl	Milch warm
		Muskatnuss
		Nüsslisalat, Cherrytomaten und
		Dressing als Garnitur

Zubereitung des Rezepts:

Ofen vorheizen auf 180 ° C.

Die Soufflé-Formen mit Butter einfetten.
60g Butter in einem Topf schmelzen, Mehl unterrühren bis die Masse glatt ist. Die warme Milch hinzufügen und ein paar Minuten bei schwacher Hitze rühren. Pfanne vom Herd nehmen.

Trennen Sie das Eigelb vom Eiweiss.

Wenn die Pfanne abgekühlt ist, fügen Sie das Eigelb und den geriebenen Käse hinzu. Würzen Sie mit einer Prise Muskatnuss und Pfeffer.

Schlagen Sie das Eiweiss fest (mit einer Prise Salz). Den Eischnee vorsichtig unter die andere Masse einrühren.

Die Soufflé-Formen zu ca. 3/4 füllen.

Im Ofen 30 Minuten backen und sofort servieren.