

## Die luftigste Herausforderung der Welt: das Soufflé



[caption id="attachment\_6573" align="alignnone" width="300" caption="Da freut sich der Koch: das Souffle



geht auf..."]

[/caption]

Da wollte ich ursprünglich nur gschwind ein Rezept zaubern... doch was für ein Aufwand. Um ein "Schmecken-Süden" Souffle-Rezept mit Gelinggarantie zu erstellen, musste ich 4 Tage an der Rezeptur feilen. Warum? Manchmal führen die kleinsten Nachlässigkeiten oder ungewohnte, technische Gegebenheiten zu grossen Enttäuschungen. Darüber berichte ich ausführlich im nächsten Blog. Ich sag nur: "Der Teufel ist ein Eichkätzle".

Heute gibt's als Blog vorneweg das Rezept, das trotz verschiedener Umstände immer gelang:

### Quarksouffle

#### Zutaten für 4 Personen

- 400 g Quark (40%) oder Schichtkäse
- 3 Eier
- 25 g Zucker
- Mark von einer Vanilleschote
- Abrieb einer halben unbehandelten Zitrone
- Eine Prise Salz
- Extra. Butter und Zucker für die Förmchen

#### Zubereitung Teil 1 (am Vortag)

Den Quark in einem sauberen Tuch gewickelt und in ein Sieb gelegt, im Kühlschrank über Nacht abtropfen lassen. Zur Vollständigkeit sicherheitshalber erwähnt: das Sieb auf eine Schüssel setzen, sonst gibt's eine Sauerei im Kühlschrank.

## Zubereitung Teil 2

1. Souffleförmchen mit zimmerwarmer Butter gut ausstreichen und mit Zucker bestreuen.
2. Von der Quarkmasse 200 g abwiegen (den Rest anderweitig verwenden).
3. Die Eier trennen.
4. Den Quark mit Eigelb, Vanillemark und Zitronenabrieb gut vermischen.
5. Die Eiweiße und Zucker und eine Prise Salz mit einem elektrischen Handrührgerät steif schlagen.
6. Nun das steif geschlagene Eiweiß zügig unter die Quarkmasse heben.
7. Die Soufflemasse in die gezuckerten Förmchen füllen (bis ca. 1cm unter dem Rand).
8. Im vorgeheizten Backofen (Unterhitze 180°C) im Wasserbad ca. 12 Minuten backen.

**Tipp:** Für das Wasserbad das Wasser im Topf oder Wasserkocher vorher erhitzen.

Nach dem Garen sofort und schnell servieren. Dazu schmeckt mir im Winter mein selbst eingemachtes Obst aus dem Vorratskeller.