



**Dauer:** Mittel

.....

**Kategorie:** Isst-Gut-Rezept Nachspeisen

Vegetarisch

.....

**Saison:** Winter Weihnachten

.....

**Für:** 6 Stück

.....

**Verfasst von:** Brigitte Quehenberger

.....

## Zutaten

### Soufflé

.....

200 G Topfen

.....

3 Dotter

.....

1/2 Vanilleschote

.....

3 Eiklar

.....

1 PRISE Salz

.....

60 G Zucker

.....

1 EL Maisstärke

Butter und Zucker für die Formen

Staubzucker zum Bestreuen

## Zwetschkenröster

500 G entkernte Zwetschken

600 ML Wasser

75 G Zucker

1 Zimtstange

1 Nelke

etwas geriebene Zitronenschale

## Lebkuchenbrösel

200 G Lebkuchen oder andere Weihnachtskekserl

10 G Butter

## Zubereitung

1. Souffléformen innen mit Butter bestreichen und mit Zucker ausstreuen.
2. Den Topfen mit dem Eigelb und Vanillemark glatt rühren. Maisstärke unterrühren.  

Mit etwas Stärke fällt das Soufflé sicher nicht in sich zusammen.
3. Das Eiweiß mit einer Prise Salz und einem Drittel des Zuckers langsam aufschlagen. Den restlichen Zucker dazugeben und weiterschlagen bis ein sehr steifer Schnee entsteht.
4. Zunächst ein Drittel dieser Masse unter die Topfencreme rühren, dann den Rest vorsichtig unterheben.
5. Die Soufflémasse in die vorbereitete Formen füllen und in eine Pfanne stellen, deren Boden mit heißem Wasser bedeckt ist.

6. Im Backrohr bei 180 Grad etwa 20 Minuten garen.
  7. Soufflé stürzen, mit Staubzucker bestreuen und mit Lebkuchenbrösel und Zwetschkenröster servieren.
1. Zuerst Zucker, Zimtrinde und Gewürznelken im Wasser aufkochen.
  2. In der Zwischenzeit die Zwetschken waschen, entkernen und halbieren oder vierteln.
  3. Danach die Zwetschkenstücke ins kochende Wasser geben und zugedeckt weichdünsten.
  4. Zitronenschale dazugeben und nochmals zirka 5 Minuten leicht köcheln lassen.
  5. Die Gewürze entfernen. Bei Bedarf mit etwas Stärke eindicken.
1. Lebkuchen oder andere Kekelr mit einem Cutter zerkleinern.
  2. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Brösel darin anrösten. Wenn nötig etwas zuckern.

Isst-Gut-Rezept, Mehlspeisen-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Vorher eine gute Gemüsesuppe oder einen Gemüseintopf!