



Benötigte Zutaten

250 g	Premium Topfen
3	Eier
1/2 Bund	Kräuter gemischt (Schnittlauch, Petersilie, Salbei, Rosmarin etc.)
1 TL	Maisstärke
100 g	SalzburgMilch Granformaggi (gerieben)
	Salz, Pfeffer
1 Stück	Kopfsalat
50 g	Rucola

Topfen Kräuter Soufflé

auf Salatbett

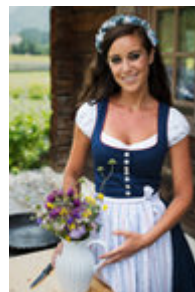
Anleitung

Vier Soufflé-Förmchen einfetten und bemehlen. Den Ofen auf 175 °C Umluft vorheizen. Die Eier trennen. Den Topfen mit den Eiern glattrühren. Die Kräuter waschen und fein hacken. Unter die Topfenmasse rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den geriebenen Käse und die Speisestärke einrühren. Die Eiklar steif schlagen und unter die Topfenmasse heben. Die Förmchen zur Hälfte mit der Topfenmasse füllen. Eine Backform 2 cm hoch mit Wasser füllen, die Förmchen hineinstellen und die Soufflés im Ofen bei 175 °C für 25 Minuten garen.

Auf Tellern Salat anrichten. Mit etwas Balsamico Reduktion, sowie Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. Die Soufflés in die Mitte stellen und noch warm servieren.

Wer die Soufflés als Hauptspeise machen will kann die Masse um 1/3 erhöhen und die Förmchen zu 2/3 füllen.

Tipp: Damit das Soufflé nicht zusammenfällt das Eiweiß nicht ganz steif aufschlagen.



Ein Rezept von [cookingcatrin](#)