

Vanille-Soufflé mit frischen Erdbeeren

Für 6 Personen

6 ofenfeste Tassen von 1,5 dl Inhalt – gebuttert und gezuckert

500 g Erdbeeren* - gerüstet, in Stücke geschnitten

1 Limette, Schale und 1-2 EL Saft

2 EL Holunderblütensirup*

Vanille-Soufflé:

2,5 dl Milch*

1 Vanillestängel

50 g Butter*

50 g Mehl

20 g Maisstärke

90 g Zucker

½ Päckchen Vanillezucker

1 Ei*

3 Eigelb

3 Eiweiss

Prise Salz



Erdbeeren mit Limettenschale, Saft und Holunderblütensirup mischen. Mindestens 1 Stunde bei Raumtemperatur marinieren.

Vanillestängel längs halbieren, das Mark auskratzen und beides mit der Milch aufkochen. Pfanne von der Platte ziehen, 10 Minuten ziehen lassen. Vanillestängel entfernen. Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Mehl und Maisstärke mischen, beifügen, kurz andünsten, ohne Farbe anzunehmen. Vanillemilch unter Rühren dazugeben, erhitzen und glatt rühren. Zucker und Vanillezucker darunter rühren. Ei und Eigelb dazu mischen. Eiweiss mit Salz steif schlagen und sorgfältig darunterziehen.

Masse in die vorbereiteten Tassen füllen. Im unteren Teil des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens 25-30 Minuten backen (Ober-Unterhitze). Sofort mit den Erdbeeren servieren.

*Alle Zutaten in der Milchhütte erhältlich.

Ausprobiert für Sie: Maya Kummer, Mitarbeiterin Bären Fisibach /Milchhütte Hochfelden