



LEBKUCHENSOUFFLÉ MIT ZITRUSFRÜCHTESALAT

4 PERSONEN

- 4 Souffléförmchen
- Backblech
- Backpapier

ZUTATEN

LEBKUCHENSOUFFLÉ

- 50 g Butter
- 70 g Mehl
- 2,5 dl Milch
- 40 g Honig
-  50 g Zuckerrübensirup
-  3 Tl Lebkuchengewürz
- 5 Eier
- 80 g brauner Zucker
- Zucker zum Auszuckern der Souffléförmchen
- Butter zum Ausbuttern der Souffléförmchen

ZITRUSFRÜCHTESALAT

- 2 *Orangen, geschält, filetiert
- 4 *Mandarinen, geschält, filetiert
- 2 *Limetten, geschält, filetiert
- 16 *Kumquats, gewaschen, in feine Scheiben geschnitten
- 1 *Thymianzweig, gezupft
- 4 El *Zucker

GARNITUR

- Puderzucker

ZUBEREITUNG

ZITRUSFRÜCHTESALAT – VORBEREITEN

Alle *Zutaten mischen und ca. 30 Minuten marinieren.

LEBKUCHENSOUFFLÉ

Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Die Förmchen ausbuttern. Je einen Teelöffel Zucker in ein Souffléförmchen geben und drehen, sodass die Innenwände gezuckert sind. Den überschüssigen Zucker ausschütten. 4 der Eier trennen. Die Eiweisse mit dem braunen Zucker zu einem schnittfesten Schnee schlagen. Die Butter in einer Kasserolle zerlassen, das Mehl in die zerlassene Butter sieben und unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen hellbraun anschwitzen. Die Milch nach und nach unter ständigem Rühren hinzugeben, bis eine homogene Masse entsteht. Den Honig und den Sirup untermischen und 15 Minuten bei kleiner Hitze unter ständigem Rühren köcheln. Das Lebkuchengewürz unterrühren. Die Masse in eine Schüssel füllen, das ganze Ei und die 4 Eigelbe nacheinander in die lauwarmer Masse einarbeiten. Die Soufflémasse bis ca. 1 cm unter den Rand der Förmchen einfüllen. Das Backblech mit einem Backpapier belegen. Die Förmchen auf das Backpapier stellen und im Ofen ca. 20 Minuten backen.

ANRICHTEN

Den Zitrusfrüchtesalat portionenweise in Gläser füllen. Die Soufflés mit dem Puderzucker bestreuen und à la minute servieren.

Rezept von Markus Heckel

