

# Topfensoufflé mit Zwetschkenröster und Lebkuchenbrösel

## 1/3 Soufflé

Dauer: Mittel    Kategorie: Isst-Gut-Rezept Nachspeisen Vegetarisch    Saison: Winter Weihnachten    Für: 6 Stück



© Salzburger Agrar Marketing/Brigitte Quehenberger

### Zutaten

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

**Verfasst von:** Brigitte Quehenberger

### 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.

### Info

Isst-Gut-Rezept, Mehlspeisen-Tag

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

# Topfensoufflé mit Zwetschkenröster und Lebkuchenbrösel

## 2/3 Zwetschkenröster

Dauer: Mittel    Kategorie: Isst-Gut-Rezept Nachspeisen Vegetarisch    Saison: Winter Weihnachten    Für: 6 Stück



© Salzburger Agrar Marketing/Brigitte Quehenberger

### Zutaten

500 G	entkernte Zwetschken
600 ML	Wasser
75 G	Zucker
1	Zimtstange
1	Nelke
	etwas geriebene Zitronenschale

**Verfasst von:** Brigitte Quehenberger

### Zubereitung

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.

# Topfensoufflé mit Zwetschkenröster und Lebkuchenbrösel

## 3/3 Lebkuchenbrösel

Dauer: Mittel    Kategorie: Isst-Gut-Rezept Nachspeisen Vegetarisch    Saison: Winter Weihnachten    Für: 6 Stück



© Salzburger Agrar Marketing/Brigitte Quehenberger

### Zutaten

200 G	Lebkuchen oder andere Weihnachtskekerl
10 G	Butter

**Verfasst von:** Brigitte Quehenberger

### Zubereitung

1. Lebkuchen oder andere Kekerl mit einem Cutter zerkleinern.
2. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Brösel darin anrösten. Wenn nötig etwas zuckern.