



Dessert

Soufflé à l'orange

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

20 gr	Butter
	Mehl, für das Bestäuben der Gratinform
2 EL	Milch
20 gr	Maizena
1.5 dl	Orangensaft (frisch gepresst)
30 gr	Zucker
1 grosse	Orange, gewaschen, die Schale davon abgerieben
3 Stück	Eier, getrennt in Eigelbe und Eiweiss
1 Stück	Ei, davon das Eiweiss (zum Eiweiss der vorerwähnten 3 Eier geben)
1 MSP	Backpulver

Zubereitung:

Backofen	Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
Eine grosse, weite Gratinform	Den Boden der Gratinform einbuttern (Die Seitenwände dürfen nicht eingebuttert werden, sonst fällt das Soufflé zusammen).
Butter	In einem Teesieb etwas Mehl über den Boden der Gratinform stäuben.
Mehl	
Milch, Maizena, Orangensaft, Zucker	Die nebenstehenden Zutaten in einer Kasserolle verrühren. Unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen aufkochen lassen. Danach etwas auskühlen lassen (damit die Eigelbe beim Hinzufügen nicht gerinnen).
Orangenschale	
Eigelbe (von drei Eiern)	Die Eigelbe darunterrühren
Eiweisse (von vier Eiern)	Die Eiweisse zusammen mit dem Backpulver steif schlagen und sorgfältig unter die Soufflémasse mischen (unterheben).
Backpulver	Die Masse in die vorbereitete Gratinform geben (höchstens 2/3 in der Höhe der Gratinform füllen) und auf der untersten Rille des vorgeheizten Backofens bei 180 Grad backen.
	Während dem Backen darf der Backofen nicht geöffnet werden sonst fällt das Soufflé in sich zusammen.
	Sofort (warm) servieren (Soufflés vertragen keine Wartezeiten nach dem Backen. Sie fallen sonst in sich zusammen).

Tipp:

Nur die Hälfte der Soufflémasse einfüllen. 1-2 in Würfel geschnittene Orangen darüber verteilen. Mit der restlichen Soufflémasse bedecken. Dieses Soufflé in einer weiten, flachen Form backen. Ebenfalls nur 2/3 hoch einfüllen.