

Geflügel Rezepte

Geflügel Souffle

Anzahl: 4 Portionen - Gattung: Eintöpfe, Aufläufe

1 Brathähnchen
-fertig

-gekauft

Für Die Soße

70 g Butter

-gerieben

50 g Mehl

3 Eigelb

1/4 Liter Milch

100 g Käse, gerieben

Salz

3 Eiweiß

Pfeffer

Butter

1 Spur Muskatnuss

-zum Einfetten

Brathähnchen häuten, von den Knochen lösen. Fleisch fein hacken. In einer Schüssel beiseite stellen.

Für die Soße Butter in einem Topf erhitzen. Mehl einstreuen. Unter Rühren durchschwitzen. Milch zugießen und 7 Minuten kochen lassen. Dabei immer rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Topf vom Herd nehmen. Eigelb und geriebenen Käse reinrühren. Eiweiß in einem Topf steif schlagen.

Mit dem fein gehackten Fleisch unterheben. In eine eingefettete, feuerfeste Form geben. In den vorgeheizten Ofen auf die mittlere Schiene schieben. 10 Minuten vor Ende der Garzeit mit dem Deckel oder Alufolie abdecken.

Backzeit: 35 Minuten Elektroherd: 180 Grad Gasherd: Stufe 3

Während der Backzeit die Alufolie nicht öffnen, sonst fällt das Souffle zusammen. Es muss sofort nach dem Backen serviert werden.

Wann reichen: Als kleines Abendessen. Mit Kopfsalat in Joghurtmarinade.

Vorbereitung 10 Minuten - Zubereitung 50 Minuten