

Soufflé de mariage d'asperge

Spargel – Soufflé

Rezept für 8 Personen

Zutaten:

(8 Förmchen)

500 gr. Spargeln (weiss)

500 gr. Spargeln (grün) Spitzen f. Garnitur

1 El. Mehl

3 El. Öl

1½ Glas Milch

1 Ei (+1 Eiweiss zusätzlich)

Pfeffer

Muskat

Paprika

wenig Salz



Zubereitung:

Weisse Spargel rüsten. 20 Min. knapp weich kochen und auf einem Tuch abtropfen lassen. Grüne Spargel nach Bedarf garen.

In der Zwischenzeit die feuerfesten Förmchen gut ausbuttern. Mit den Spargelspitzen diese so ausgarnieren, dass möglichst viel Boden belegt ist. (evtl. längs halbieren, Schnittseite oben)

Aus dem Öl, dem Mehl und der Milch eine Béchamelsauce zubereiten und das Eigelb hineinrühren. Dann die geschnittenen Spargelstücke (~1,5cm.) dazugeben. Das Eiweiss steif schlagen und vorsichtig darunter ziehen. Mit Pfeffer, Muskat, Paprika und wenig Salz (gut) würzen.

Masse in die Förmchen verteilen. (Nicht ganz randvoll.)

Bei ca. 190°C 30 Min. im Backofen (evtl. Umluft) goldbraun backen.