

**Tassen-Soufflé mit Crevetten** (evtl. Schinkenwürfeli)

Rezept für 8 Personen

Zutaten:

200 gr. Cocktailcrevetten  
1 Dose Artischockenböden (ca.210 gr.)  
1½ El. glattblättrige Petersilie  
2 Prisen Salz  
Pfeffer  
2 Eiweiss  
1 Prise Salz.  
4 El geriebener Parmesan  
2 Eigelb  
8 Förmchen

Zubereitung:

Cocktailcrevetten trocken tupfen, Artischockenböden abtropfen und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie fein hacken. Anschliessend alles in einer Schüssel mit dem Salz und wenig Pfeffer mischen.

Das Eiweiss mit dem Salz zusammen steif schlagen. Die Eigelbe mit dem Parmesan verklopfen und sorgfältig unter den Eischnee mischen. Die Hälfte in die Schüssel geben, mischen und bis ca. 1 cm. unter den Rand in die Förmchen verteilen. Restliche Eimasse darauf verteilen, Förmchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen und ca. 20 Min. auf der untersten Rille des auf 200°C vorgeheizten Ofens backen.

Herausnehmen und sofort servieren.

Tipp: Statt Crevetten Fischfilets (Flunder, Forelle) in ca.1 cm. grossen Würfeln verwenden.