



Genuss-Rezept

Kartoffel Soufflé mit Putenbrust

Zutaten für 4 Personen

150 g	Gutfried Putenbrust „Natur“
200 g	mehlig kochende Kartoffeln
4 Ei	Ricotta (Frischkäse)
2	Eier
2 EL	Butter

Mehl und Butter für die Förmchen
Salz & Pfeffer aus der Mühle
geriebene Muskatnuss

Zubereitung für 4 Personen

Die Kartoffeln schälen, weich kochen und durch ein Sieb streichen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Backblech mit Wasser füllen, so dass die Soufflé Formen zu einem Drittel im Wasser stehen.

Die Gourmet Putenbrust in kleine Würfel schneiden und in Butter anschwitzen. Die Soufflé Formen mit Butter einfetten, mit Mehl ausstäuben und im Wasserbad warmstellen.

Eier trennen. Eigelb, Ricotta/Frischkäse und Gourmet Putenbrust zu den Kartoffeln geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Kartoffelmasse sehr glatt rühren. Das Eiweiß mit Salz steif schlagen und vorsichtig und langsam unter die Kartoffelmasse heben.

Die Kartoffelmasse in die Soufflé Formen füllen und bei 220 Grad 25-30 Minuten garen. Dabei niemals den Ofen während der Backzeit öffnen. Sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Pro Portion: 1048 kJ / 250 kcal, 15 g Eiweiß, 8 g Kohlenhydrate, 17 g Fett

