

# Broccoli-Käse-Souffle mit Curry Dip

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 8
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 50m
- **Fertig in** 1:05 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '65', 'cook_time' : '50m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '8', 'yield' : '' });
```

Schicke, warme Vorspeise oder auch als Hauptgericht für jeden Tag

## Zutaten

- Für eine 18 cm große Auflaufform oder 8 Portionsförmchen:
- 350 g frischer Broccoli einkaufen, 200 g in Röschen geschnitten
- 100 g Mehl, gesiebt
- 90 g Butter
- 6 Eigelbe
- 6 geschlagene Eiweiß
- 75 g geriebener Parmesan, Appenzeller oder mittelalter Gouda
- 500 ml Milch
- ½ Tl Speisestärke
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, halbiert
- 1 Lorbeerblatt, 1 Nelke, ½ Tl Chiliflocken
- 1 Bündchen Schnittlauch, gehackt

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Vorarbeiten:

### Schritt2

Den Backofen auf 180 ° C vorheizen, die Gratin Form oder Portionsförmchen mit flüssiger Butter ausstreichen.

### Schritt3

Das tiefe Backblech zu 2/3 mit heißem Wasser füllen.

#### **Schritt4**

Die Broccoli Röschen in Salzwasser „bissfest“ blanchieren, abgießen, kalt abschrecken, ev. noch einmal halbieren.

#### **Schritt5**

Die Soufflé Masse:

#### **Schritt6**

Die Milch mit Salz, dem Lorbeerblatt und den Chiliflocken kurz aufkochen und ca. 5 min. ausziehen lassen, durch ein Küchensieb passieren.

#### **Schritt7**

Mit der geschmolzenen Butter und dem Mehl eine helle, farblose Mehlschwitze herstellen und mit der Gewürzmilch aufgießen.

#### **Schritt8**

Glatt mit dem Schneebesen verrühren, mit dem Kochlöffel weiter auf dem Feuer rühren bis sich die Masse als Kloß vom Topfboden löst.

#### **Schritt9**

Etwas abkühlen lassen und die Eigelbe nach und nach unter rühren.

#### **Schritt10**

Den Käse, Speisestärke und das Schnittlauch unter heben, mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen.

#### **Schritt11**

Dann folgt in zwei Schritten das geschlagene Eiweiß.

#### **Schritt12**

Zuletzt vorsichtig die Broccoliröschen unterheben; 2/3 hoch in die Förmchen füllen.

#### **Schritt13**

Auf der untersten SchieneIn die Auflaufform 50 min. goldgelb backen, in Portionsförmchen genügen 25 min.

#### **Schritt14**

Mit einem Schaschlikspieß prüfen, es sollte innen noch leicht cremig bleiben.

#### **Schritt15**

Nun kommt es auf das schnelle Servieren an, bevor es zusammen fällt!

## Schritt16

Anrichtevorschlag:

## Schritt17

Heraus nehmen, stürzen, braunes Köpfchen nach oben, mit Gekonntgekocht Curry Dip drum herum sofort zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Warme Vorspeisen **Tags:** curry dip, fleischlos, preiswert, warme vorseise

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/broccoli-kaese-souffle-mit-curry-dip/>