

Parmesan-Soufflé mit Asia-Salat

Für 4 Personen

Für den Gemüsesalat:

| | | |
|-------------------------|-----------------------|------------------|
| 350 g Weißkohl | 1 Möhre | 1 Zucchini |
| 12 Shiitake-Pilze | 1 gelbe Paprika | 1 EL Haselnussöl |
| Salz | Stück frischer Ingwer | 1 EL Sojasauce |
| 1 EL Korianderblättchen | | |

Für das Dressing:

| | | |
|------------------------|--------------------|----------------|
| 40 ml weißer Balsamico | 1 Limette (Saft) | 1 EL Honig |
| Salz | Piment-d'Espelette | 60 ml Olivenöl |

Für das Shiitake-Pesto:

| | | |
|----------------------|---------------------|------|
| 200 g Shiitake-Pilze | 100 ml Olivenöl | Salz |
| Pfeffer | 1 Bund Schnittlauch | |

Für das Parmesan-Soufflée:

| | | |
|--------------|---------------------------|-----------------|
| 100 g Butter | 5 Eigelb | 250 g Sauerrahm |
| 120 g Mehl | 250 g geriebener Parmesan | 5 Eiweiß |
| Salz | Piment-d'Espelette | 1 Prise Zucker |

Für den Asia-Gemüsesalat das Gemüse putzen, ggf. schälen. Die Stiele aus den Pilzen drehen. Pilze abreiben. Paprika mit einem Sparschäler fein schälen. Ingwer schälen.

Gemüse und Pilze in etwa 2 cm lange, feine Streifen schneiden. Ingwer fein hacken.

Haselnussöl in einer großen Pfanne erhitzen. Gemüse, Pilze und Ingwer darin unter Wenden mit noch leichtem Biss andünsten. Mit Salz und Sojasauce würzen.

Für das Dressing Essig, Limettensaft, Honig, Salz und Piment d'Espelette verrühren. Das Öl untermischen.

Gemüsestreifen und Dressing mischen, auskühlen lassen.

Für das Pesto die Pilze putzen, Stiele ausdrehen. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Pilze darin unter Wenden anbraten, würzen.

Pilze und restliches Olivenöl fein mixen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und unter das Pilz-Pesto mischen, abschmecken.

Für das Parmesan Soufflé den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen (Umluft: nicht geeignet/Gasherd: Stufe 2–3).

Butter schaumig aufschlagen, Eigelbe einzeln gründlich unterrühren. Sauerrahm untermischen, würzen. Mehl und Parmesan mischen und unterrühren. Mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen.

Eiweiß, je 1 Prise Salz und Zucker cremig, nicht zu fest, aufschlagen. Vorsichtig nach und nach unter die Parmesanmasse heben.

Souffléförmchen (à 250 ml Inhalt) mit Butter ausstreichen. Jeweils etwa 1 cm hoch Shiitake-Pesto einfüllen, die Soufflémasse darauf verteilen, sodass die Förmchen etwa gut zur Hälfte gefüllt sind. Die Förmchen in eine große, tiefe Auflaufform setzen. Heißes Wasser angießen, sodass die Förmchen etwa zu 2/3 in Wasser stehen. In den heißen Backofen schieben, Soufflé 15– 20 Minuten goldbraun backen.

Den Gemüsesalat nochmals abschmecken. Koriander überstreuen.

Parmesan-Soufflés in den Förmchen direkt aus dem Ofen auf Tellern anrichten. Den asiatischen Gemüsesalat dazu servieren.

Jörg Sackmann am 29. Januar 2019