

**Kochen**

**Caroline Autenrieth**

**Dienstag, den 21.03.2023**

**Bärlauch-Soufflé mit Bergkäse**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

1 Bund Bärlauch, ca. 100 g  
 40 g Butter  
 30 g Weizenmehl,  
 Type 405 oder Dinkelmehl  
 400 ml Milch  
 etwas Salz  
 etwas Pfeffer  
 etwas Muskat  
 150 g Bergkäse  
 4 Eier, Größe M



**Zubereitung**

1. Bärlauch abbrausen, trockenschütteln und grob hacken.
2. Butter in einem Topf schmelzen lassen. Mehl unterrühren und etwa 1-2 Minuten andünsten, das Mehl soll nicht bräunen.
3. Die Milch nach und nach zugeben, bis eine cremige Soße entsteht. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Die Bechamelsoße in eine Schüssel geben
4. Käse fein reiben. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen.
5. Bärlauch, Eigelbe, Käse unter die Bechamelsoße rühren. Eiweiß unterheben.
6. Die Masse in gefettete kleine, ofenfeste Förmchen oder eine Auflaufform mit hohem Rand füllen.
7. Soufflé im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze ca. 35 Minuten backen. Die Backofentür nicht öffnen.
8. Soufflé aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen und servieren. Dazu passen Baguette und Salat.