

Münsterländer Schinken - Soufflé auf gestowtem Spargel

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 30m
- **Zubereitungszeit:** 12m
- **Fertig in** 42m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '42', 'cook_time' : '12m', 'prep_time' : '30m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Regional - saisonal typisch

Zutaten

- Für den Auflauf:
- 150 g westfälischer Knochenschinken in feinen Würfeln
- 2 El Butter
- 100 g Mehl, gesiebt
- 6 Eigelbe
- 6 Eiweiß, steif geschlagen
- 250 ml Milch
- Salz, Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuss
- Für den gestowten Spargel:
- 600 g frischer Stangenspargel
- 1/ 2 Becher Sahne
- ½ Becher Crème fraiche
- 40 g Butter
- 1 El Mehl
- ½ Bund frischer Schnittlauch, gehackt
- Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Das Münsterländer Schinken - Soufflé:

Schritt2

Die Milch mit der Butter und Salz, Pfeffer und Muskatnuss aufkochen und das Mehl dazu geben. Mit einem Kochlöffel verrühren, bis sich ein Klumpen gebildet hat.

Schritt3

1 Stich Butter dazu geben und noch einmal auf die Platte schieben. Wie ein Brandteig 1 - 2 min. „abbrennen - abrösten“.

Schritt4

Zurückziehen, erkalten lassen oder in eine Schüssel umleeren.

Schritt5

Die Eigelbe nach und nach unterrühren, die Schinkenwürfel unterheben. Mit dem steif geschlagenen Eischnee, in zwei Schritten auflockern.

Schritt6

Die Soufflè Masse nunmehr in ausgebutterte Auflauf Förmchen geben, etwa $\frac{3}{4}$ voll füllen. In einen ausreichend großen Topf stellen, ca. 2 cm mit Wasser aufgießen und bei 180 ° C für ca. 12 min. in den vorgeheizten Backofen schieben.

Schritt7

Der gestowte Spargel:

Schritt8

Den Spargel herkömmlich schälen und in wenig Salzwasser mit einer Prise Zucker, zunächst die Schalen und Abschnitte, ca. 5 - 6 min. auskochen, Schalen wieder entfernen

Schritt9

Nunmehr den Spargel „bissfest“ blanchieren, herausnehmen, kurz abkühlen lassen und schräg in 3 cm lange Stücke schneiden.

Schritt10

Aus 1 El Butter und 1 $\frac{1}{2}$ El Mehl eine kleine Mehlschwitze herstellen und mit etwas Spargelwasser, der Sahne und Crème fraiche aufgießen.

Schritt11

5 - 6 min. leise köcheln lassen, herzhaft mit Salz, Pfeffer und einem Strich Muskatnuss würzen und den Schnittlauch unterschwenken.

Schritt12

Das Gemüse sollte nur eine leicht cremige Bindung haben, nicht zu kompakt sein.

Schritt13

Anrichtevorschlag:

Schritt14

Das Spargelgemüse auf vorgewärmten Tellern portionieren und das goldbraun gestürzte Soufflè in die Mitte setzen.

Schritt15

Gern gebe ich noch 1 El herzhaft abgeschmecktes Tomatensugo und einige Basilikumstreifen als farblich - geschmackliche Garnitur darüber

Rezeptart: Münsterländer Rezepte, Westfälische Rezepte **Tags:** einfach, schnell, spargel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/muensterlaender-schinken-souffle-auf-gestowtem-spargel/>