

# Grieß-Soufflé mit Himbeer-Ragout

---

😊 [happy-mahlzeit.com/2021/09/25/grieß-soufflé-mit-himbeer-ragout](https://happy-mahlzeit.com/2021/09/25/grieß-soufflé-mit-himbeer-ragout)

## Zutaten für 2 Personen

### Für das Soufflé:

- 20 g Hartweizengrieß
- 85 ml Milch
- 20 g Butter
- 1 Vanilleschote
- 1 Orange (Abrieb)
- 2 Eier
- 25 g Zucker
- Salz

### Für das Ragout:

- 85 g frische Himbeeren
- 20 ml Weißwein
- 20 ml Apfelsaft
- 15 g Zucker
- 1/2 TL Kartoffelstärke, Kartoffelmehl

## Zubereitung:

Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Grieß-Soufflé die Vanilleschote halbieren und das Mark herauskratzen. Orangenschale abreiben. Milch mit Butter, Vanillemark, einer Prise Salz und Orangenschale aufkochen. Den Grieß unter ständigem Rühren einlaufen lassen und 2 Minuten bei mittlerer Hitze kochen. In eine Schüssel umfüllen, mit einer Folie bedecken und auf 50 Grad abkühlen lassen. Eier trennen, nach und nach Eigelbe unter die Grießmasse rühren.

Förmchen mit Butter ausfetten, mit Zucker ausstreuen und den überschüssigen Zucker ausklopfen.

Eiweiße mit Zucker steif schlagen. 1/3 des Eischnees unter den Grieß rühren und den Rest vorsichtig unterheben. Die Soufflémasse bis zum Rand in die Förmchen füllen und die Oberfläche glatt streichen. Mit einer Messerspitze den Rand freilegen, damit das Soufflé beim Backen nicht kleben bleibt. Die Förmchen in eine mit Backpapier ausgelegte, feuerfeste Form stellen. Diese in den Ofen schieben und bis zur halben Höhe der Förmchen mit kochendem Wasser auffüllen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und die Soufflés 15 bis 20 Minuten backen.

Für das Himbeer-Ragout Wein, Apfelsaft und Zucker aufkochen, mit der kalt angerührten Speisestärke abbinden, kurz köcheln lassen und die Himbeeren hinzufügen.

Grieß-Soufflé im Förmchen und Himbeer-Ragout anrichten und servieren.

Rezept: Maria Bostl

Quelle: Die Küchenschlacht vom 6. Oktober 2016

Episode: Hauptgang & Dessert