

# Jochen Bendel | Quark-Soufflé mit Buttermilch-Eis und Orangen-Kompott

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/10/21/jochen-bendel-quark-soufflé-mit-buttermilch-eis-und-orangen-kompott](https://happy-mahlzeit.com/2021/10/21/jochen-bendel-quark-souffle-mit-buttermilch-eis-und-orangen-kompott)

## Zutaten für 2 Personen

### Für das Eis:

- 500 ml Buttermilch
- 500 ml Sahne
- 50 g Glucose-Sirup
- Zucker

### Für das Soufflé:

- 100 g Magerquark
- 2 Eier
- 25 g Zucker
- 1 Vanilleschote
- 4 EL Orangen-Sirup

### Für das Kompott:

- 1 Orange
- 1 TL Brauner Zucker
- 1 Msp. Zimtpulver

## Zubereitung:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Eis Buttermilch und Sahne mit Glucose in einem Topf erwärmen. Mit Zucker abschmecken und abkühlen lassen. In eine Eismaschine füllen und gefrieren lassen.

Für das Kompott die Orangen schälen und mit einem dünnen, spitzen Messer filetieren, dabei den Saft auffangen. In einem kleinen Topf den braunen Zucker mit dem Zimt karamellisieren. Mit Orangensaft ablöschen und aufkochen lassen, bis sich das Karamell aufgelöst hat. Orangenfilets dazugeben und köcheln lassen. Später kalt stellen.

Für das Soufflé Eier aufschlagen und Eigelb vom Eiweiß trennen. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Dann Quark, Eigelb, Zucker, Orangen-Sirup und Vanillemark mit einem Handrührgerät cremig rühren. Danach das Eiweiß mit dem Handrührgerät steif schlagen und unter die Quarkmasse heben, anschließend in Soufflé-Förmchen füllen. Auf einem mit kochendem Wasser gefüllten Backblech bei 160 Grad backen, bis die Masse aufgeht.

In einem tiefen Teller Orangenfilets verteilen und Soufflés darauf stürzen. Quark-Soufflé mit Buttermilch-Eis und Orangenkompott auf Tellern anrichten und servieren

Rezept: Jochen Bendel

Quelle: Die Promi-Küchenschlacht vom 7. November 2016

Episode: Leibgerichte