

Ziegenfrischkäse-Soufflé, Paprika und Gurken-Salsa

Für 4 Personen

2 rote Paprika	4 EL Olivenöl	400 g Ziegenfrischkäse
4 Eiweiß	40 g Sahne	Salz
Pfeffer	Butter	1 EL Semmelbrösel
1 rote Zwiebel	1 Salatgurke	1/2 Bund glatte Petersilie
2 Zweige Minze	1/2 Bio-Zitrone	1 TL Honig

Den Backofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Paprika längs halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Paprika mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit etwa 1/4 vom Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen, bis die Haut Blasen wirft.

Dann herausnehmen, Paprika mit einem feuchten Tuch abdecken und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze einstellen.

Den Ziegenkäse mit dem Eiweiß und Sahne in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glattrühren, die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Souffléförmchen (mit ca. 200 ml Inhalt) ausbuttern und mit Semmelbröseln bestäuben. Die Käsemasse einfüllen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Die Zwiebel schälen und in ca. 5 mm starke Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben in einer Pfanne mit 1/4 vom Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten.

Gurke abwaschen, schälen und der Länge nach halbieren. Mit einem Löffel die Kerne austreichen und Gurke in kleine Würfel schneiden.

Petersilie und Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Gurkenwürfel mit Petersilie, Minze und Zitronenschale mischen, restliches Olivenöl, Zitronensaft und Honig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Von den gebratenen Paprika die Haut abziehen, Paprika fein würfeln.

Die gebackenen Käsesoufflés kurz stocken lassen, dann vorsichtig aus der Form stürzen.

Zum Anrichten je einen gebratenen Zwiebelring in die Mitte eines Tellers geben und darauf ein Käsesoufflé setzen. Paprika und Gurkensalsa darum herum anrichten.

Otto Koch am 08. August 2019