

Omelette-Soufflée mit Erdbeeren-Kompott, Joghurt-Soße

Für 1 Person:

300 g reife Erdbeeren	1 Vanilleschote	2 EL Zucker
150 g Naturjoghurt	2 EL Puderzucker	1 Msp. abger. Zitronenschale
2 Eier	1 Prise Salz	1 TL Butter

Für das Erdbeerkompott die Erdbeeren vorsichtig waschen, trocknen, den Stielansatz entfernen und die Beeren halbieren. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Beeren mit der Hälfte des Vanillemarks und Zucker in einen Topf geben und kurz aufkochen, dann den Topf zur Seite ziehen. Joghurt mit restlichem Vanillemark, 1 EL Puderzucker und abgeriebener Zitronenschale vermischen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Für das Omelett-Soufflé die Eier trennen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz und 1 EL Puderzucker zu lockerem Eischnee schlagen. Dann die Eigelbe untermischen. In eine backofengeeigneten Pfannen mit 1 TL Butter die Eimasse geben und leicht anziehen lassen, dann, wie beim Omelett typisch, leicht zusammenfallen und ca. 1 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Das Omelett auf dem Teller anrichten, Erdbeerkompott und Joghurtsauce dazugeben und servieren.

Vincent Klink 14. Juni 2012