

Zimt-Grießsoufflé

Siemens-Dampfbackofen 90°C Dämpfen

Miele-Dampfbackofen 90°C Dampfbacken

bitte vorheizen !

Zutaten Teig:

150 ml Milch
20 g Butter
1 Vanilleschote
1 Prise Salz
20 g Zucker
40 g Grieß
2 Eier, Gr M
1 Spritzer Zitrone
1 El. brauner Rum
Etwas Zimt

Butter zum einfetten

Zubereitung:

Milch, Butter, Vanilleschote, Salz und Zucker auf der Kochstelle erhitzen. Grieß in die heiße Milch einrühren, kurz aufkochen u ca. 10 Min. quellen lassen. Vanilleschote herausnehmen.

Während dessen die Soufflé-Förmchen oder auch kleine Tassen mit Butter auspinseln und mit dem braunen Zucker ausstreuen.

Eier trennen, das Eiweiß mit einem Spritzer Zitrone steifschlagen.

Rum, Eigelb und etwas Zimt in die Grießmasse einrühren und das steifgeschlagene Eiweiß vorsichtig unterheben.

Die Masse in die vorbereitete Förmchen füllen und bei **90°C für 25 Min. dämpfen.**

Nach dem Dämpfen die Soufflés kurz etwas abkühlen lassen, dabei vor Zugluft schützen und anschließend vorsichtig auf den Teller stürzen.

Dazu passt sehr gut Waldbeeren-Kompott ebenfalls aus dem Dampfgerar.