

**Theresa Baumgärtner**  
**Topfen-Soufflé mit Weinpflaumen**

**Montag, 4. September 2017**  
**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: 45 Minuten**  
**Schwierigkeitsgrad: einfach**  
**Heimatküche, Süßes**

**Zutaten:**

**Für die Weinpflaumen:**

700 g Pflaumen  
150 ml Rotwein  
80 g hellen Rohrohrzucker

**Für das Topfen-Soufflé:**

etwas weiche Butter zum Einfetten  
etwas heller Rohrohrzucker zum Ausstreuen  
1 Bio-Zitrone  
2 Eier  
30 g heller Rohrohrzucker  
250 g Schichtkäse oder Magerquark  
30 g Speisestärke  
120 g stichfester Sauerrahm  
70 ml Milch  
1 Prise Salz  
Etwas Puderzucker aus Rohrohrzucker

**Zubereitung:**

1. Die Pflaumen waschen und abtropfen lassen, danach halbieren, entsteinen.
2. In einem Topf den Rotwein aufkochen, den Zucker darin auflösen und 8 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Die Pflaumenhälften zugeben und alles nochmal ca. 5 Minuten köcheln.
3. Vier kleine hitzefeste Gläser mit Butter einstreichen und mit Zucker ausstreuen.
4. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und mit einem Zestenschneider die Schale in Streifen abziehen.
5. Die Eier trennen.
6. Die Eiweiße mit dem Zucker steif schlagen.
7. Schichtkäse, Eigelbe, Stärke, Sauerrahm, Milch, Zitronen-Zesten und Salz miteinander verrühren. Zum Schluss den Eischnee unterheben.
8. Die Quarkmasse in die Gläser füllen.
9. Einen großen Topf 2 cm hoch mit Wasser füllen. Die Gläser in das Wasserbad stellen und den Deckel schließen und auf mittlerer Flamme etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis das Soufflé fest ist.
10. Das Soufflé auf einen Teller stürzen, mit Puderzucker bestäuben und mit den eingekochten Pflaumen warm servieren.

**Tipp:** Man kann die Pflaumen auch als Weinpflaumen einkochen. Dazu braucht man einen Einkochtopf. Es lohnt sich eine größere Menge Pflaumen zu verwenden. 3,5 kg Pflaumen waschen und abtropfen lassen, danach halbieren, entsteinen und in Einmachgläser oder alternativ in Twist-Off Gläser schichten.

Pro Portion: 446 kcal / 1868 kJ  
60 g Kohlenhydrate, 13 g Eiweiß, 12 g Fett