

# Schoko-Walnuss-Soufflé



## Zubereitung:

1. Walnüsse in einer beschichteten Pfanne kurz rösten, abkühlen lassen und fein mahlen. Auf einen Teller schütten. Souffléförmchen (ca. 150 ml Inhalt) mit Butter auspinseln und mit Walnüssen austreuen. Die restlichen gemahlene Walnüsse beiseite stellen. Backofen auf 180 Grad (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 160 Grad) vorheizen. Eine tiefe Auflaufform zweifingerbreit mit kochendem Wasser füllen. Auf den Rost im Backofen stellen (mittlere Schiene).

2. Schokolade in Stücke brechen und schmelzen.

3. Wasser mit espressopulver, Butter oder margarine und Salz aufkochen. Mehl hineinschütten und unter Rühren mit einem Kochlöffel kurz „abbrennen“. 2 Eier einzeln mit den Knethaken des Handrührers unterrühren. Teig in eine

Schüssel geben.

4. Restliche Eier trennen. Alle Eiweiß steif schlagen, dabei 75 g Zucker einrieseln lassen. Eigelb, restlichen Zucker, Vanillezucker, Muskatblüte und geschmolzene Schokolade zum Brandteig geben und unterrühren. Restliche gemahlene Walnüsse mit Backpulver mischen und unterrühren. Die Hälfte Eischnee unterrühren und den restlichen Eischnee unterheben.

5. Den Teig in die Souffléförmchen füllen. In das Wasserbad setzen und ca. 30-35 Minuten backen. Mit Kakaopulver bestäubt sofort servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 70 Minuten

## Nährwertangaben pro Stück ca.:

Energie: 391 kcal/ 1637 kJ

Eiweiß: 10,3 g

Fett: 21,3 g

Kohlenhydrate: 40 g

## Zutaten für 6 Personen:

80 g kalifornische Walnüsse

100 g Edelbitter-Schokolade

80 ml Wasser

1 TL espressopulver

25 g Butter oder margarine

1 Prise Salz

40 g Mehl  
4 Eier (M)  
2 Eiweiß (M)  
125 g Zucker  
2 Päckchen Bourbon-Vanillezucker  
1 Prise Muskatblüte  
1 Messerspitze Backpulver

**Außerdem:**

Kakaopulver zum Bestäuben

Dies ist ein Rezept der California Walnut Commission

