

## REZEPT

# Laugenknödel-Soufflé

Statt klassischerweise aus Weißbrot, können Knödel auch aus leckerem Veit Laugen-Knödelbrot hergestellt werden. Falls von Ihren Veit Brezeln oder Dinkel-Brezeln einmal etwas übrigbleibt, lässt sich auch aus diesen ein leckeres Laugenknödel-Soufflé zubereiten.



**Zubereitungszeit:** ca. 15 min (+10 bis 15 min Backzeit)

### Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g Veit Laugen-Knödelbrot bzw. getrocknete Veit Brezeln/Dinkel-Brezeln
- 150 ml Milch
- 50 ml Schlagsahne
- geklärte Butter
- 1 kleine Zwiebel
- 20 g Bauchspeck (optional)
- 50 g Petersilie
- 4 Eier
- 2 Eiweiß
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss

### Zubereitung:

1. Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen.
2. Milch mit der Sahne erhitzen und das Laugen-Knödelbrot bzw. die kleingeschnittenen Brezeln damit übergießen. Zwiebel in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas geklärte Butter erhitzen und darin die Zwiebel mit dem fein gewürfelten Speck und der fein gehackten Petersilie anschwitzen. Die Masse zu dem eingeweichten Knödelbrot geben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Eigelb dazugeben und fest durchmengen.
3. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und unter die Masse heben. Kleine Backformen einfetten und mit dem Teig füllen (falls die Masse zu flüssig ist, kann sie mit etwas Veit Weizen-Weckmehl fester gemacht werden). Die Backformen in ein Wasserbad stellen und im Backofen ca. 10 bis 15 min backen.



**Tipp:** Dazu passen eine Pilz-Sahnesoße und ein grüner Salat.

Wir wünschen einen guten Appetit!

Rezept und Bilder: Petra Heiner