



Servieren Sie hierzu einen edlen **FIVE FLAX 2009 Sauvignon Blanc Marlborough*** mit frischer, pikanter Note.

GEFÜLLTE EIER MIT PARMESAN

Die Eier 10 Minuten kochen, dann in kaltem Wasser abschrecken. Die Schale entfernen und die Eier mit einem scharfen Messer halbieren. Das Eigelb mit einem Löffel vorsichtig herauslösen, fein hacken und in eine Schüssel geben. Den Parmesan reiben, die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. Eigelb, Parmesan und Petersilie gut vermischen. Den Schnittlauch waschen, trocknen, sehr fein hacken und unter die mit etwas Pfeffer abgeschmeckte Eigelbmasse heben. Die Eier dekorativ mit der Eigelb-Parmesanmasse füllen, mit etwas Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln, dann die gewaschenen und getrockneten

Basilikumblätter darüberstreuen. Die Eier leicht gekühlt servieren.

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN:

6 **bio**-Eier
60 g **Cucina** Parmigiano Reggiano
1 EL frische glatte Petersilie
1/2 Bund frischer Schnittlauch
Le Gusto Pfeffer weiß gemahlen
3 EL **Gourmet** Olivenöl-Cuvée*
kleine Basilikumblätter für die Garnitur

ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MINUTEN

PREIS PRO PERSON: 1,26 €

TIPP: Im Frühling können Sie die Eier-Parmesanmasse mit frischen, gehackten Frühlingszwiebeln verfeinern.

kJ/kcal 652/251 **E** 14,9 g **K** 0,85 g **F** 21,1 g



FLÜSSIGER SCHOKOLADENTRAUM

6 ofenfeste Porzellantassen (ø 5 cm) fetten. 2 Eier in einer Schüssel mit einem Schneebesen verquirlen. 2 Eigelb und Zucker hinzufügen und so lange schlagen, bis alles gut vermischt ist. Die Schokolade und Butter über heißem Wasserbad langsam schmelzen lassen. Die Schüssel mit der Schokoladenmischung vom Topf nehmen und die Schokoladenmischung vorsichtig umrühren. 1-2 Minuten abkühlen lassen, dann mit dem Schneebesen unter die Eiermischung heben.

Mehl hinzufügen und die Masse schlagen, bis sie glatt ist. 30 Minuten kalt stellen.

Die gefetteten Porzellantassen jeweils zu zwei Drittel mit der Masse füllen und im Kühlschrank 3-4 Stunden fest werden lassen.

Die Soufflés auf der mittleren Schiene im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 10 Minuten backen. Die Förmchen herausnehmen, 2 Minuten abkühlen lassen und die Soufflés sofort in den Tassen servieren.

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN:

milfina Deutsche Markenbutter für die Förmchen
 2 **bio**-Eier mit Raumtemperatur
 2 Eigelb von **bio**-Eiern mit Raumtemperatur
 120 g Raffinade Zucker
 90 g fein gehackte **Moser Roth** Edel Bitterschokolade (70 %)
 90 g weiche **milfina** Deutsche Markenbutter
 45 g **Mühlengold** Qualitäts-Weizenmehl

ZUBEREITUNGSZEIT: 50 MINUTEN (OHNE KÜHLZEIT)

PREIS PRO PERSON: 0,73 €

kJ/kcal 1578/377 **E** 5,8 g **K** 31,8 g **F** 25,3 g



Sie benötigen:

Schnittlauch - saisonal erhältlich
*Gourmet Olivenöl-Cuvée**
Petersilie - saisonal erhältlich
Moser Roth Edel Bitterschokolade (70 %)
Mühlengold Qualitäts-Weizenmehl
Raffinade Zucker
Cucina Parmigiano Reggiano
Le Gusto Pfeffer weiß gemahlen
milfina Deutsche Markenbutter
bio-Eier