Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Käsesoufflé mit Gruyère

Ein Rezept von Käsesoufflé mit Gruyère, am 07.10.2026

Zutaten

40 g	Butter
250 ml	Milch
	Pfeffer
150 g	Gruyère
	Mehl für die Form
30 g	Mehl
	Salz
	frisch geriebene Muskatnuss
5	Eigelb (Größe M)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 SOUFFLÉFORM (1 L INHALT) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal

Zubereitung

1. Butter in einem Topf bei kleiner Hitze schmelzen lassen, vom Herd nehmen. Etwas Butter mit einem Backpinsel abnehmen und die Soufflé form damit ausstreichen. Etwas Mehl in die Form streuen und durch Wenden der Form ringsum verteilen. Anschließend überschüssiges Mehl herausklopfen. Butter wieder auf den Herd stellen und heiß werden lassen. Das Mehl in die heiße Butter streuen und unter Rühren bei kleiner Hitze 2-3 Min. vorsichtig anschwitzen; es soll auf keinen Fall bräunen.

2. Milch nach und nach in den Topf gießen und dabei kräftig mit dem Schneebesen zu einer glatten Flüssigkeit rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Einmal kurz unter Rühren aufkochen lassen, dann offen bei kleiner Hitze 15 Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

3. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen. Den Käse entrinden und fein reiben. Die Eier trennen, Eiweiße steif schlagen und kühl stellen. Die Sauce vom Herd nehmen und den Käse gründlich unterrühren. Dann die Eigelbe nacheinander gründlich mit dem Schneebesen unterrühren; dabei immer so lange rühren, bis sich alles gut verbunden hat, dann erst das nächste Eigelb dazugeben. Lauwarm abkühlen lassen.

4. Den Eischnee vorsichtig mit einem Teigspatel oder Löffel unter die Käsemasse heben und die Masse in die Soufflé form füllen – dabei sollte die Form nur zu gut zwei Dritteln gefüllt sein, da das Soufflé Platz zum Aufgehen braucht. In den Ofen schieben (unten, Umluft nicht empfehlenswert) und 25-30 Min. backen, bis es schön gebräunt ist, eine Kruste hat und über den Formrand aufgegangen ist. Während des Backens den Ofen nicht öffnen, sonst fällt das Soufflé zusammen. Das empfindliche Soufflé sofort servieren.