

## Mokka-Auflauf



© le menu

### ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 25 Minuten

BACKEN: ca. 25 Minuten

Für 6 Personen

6 ofenfeste Portionenförmchen mit je ca. 2 dl Inhalt

Wenig Butter und Zucker

1½ TL sofortlösliches Kaffee-granulat oder -pulver

1 EL Wasser, heiss

60 g Zucker

1 Prise Salz

2 Eigelb

250 g Ricotta

4 EL Maisstärke

3 Eiweiss

2 EL Zucker

Kakaopulver zum Bestäuben

### NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 180 , Fett 8g , Kohlenhydrate 21g , Eiweiss 6g

[www.lemenu.ch](http://www.lemenu.ch)

### ZUBEREITUNG

1 Förmchen ausbuttern und zuckern.

2 Kaffee im Wasser auflösen. Zucker, Salz und Eigelb dazugeben und schlagen, bis die Masse heller ist. Ricotta dazurühren. Maisstärke dazusieben, darunterrühren.

3 Eiweiss steif schlagen, Zucker ein-rieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Sorgfältig unter die Ricotta-Masse ziehen.

4 Masse in die vorbereiteten Förmchen verteilen. Mit dem Daumennagel 5 mm tief dem Förmchenrand entlang fahren (der entstehende «Graben» in der Masse bewirkt, dass die Soufflés regelmässig aufgehen).

5 In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens 20–25 Minuten backen. Mit Kakao-pulver bestäuben, sofort servieren.

#### Tipp

Dazu passt mit wenig abgeriebener Orangenschale aromatisierte Crème fraîche.