



# Mangosoufflé mit Kokosnuss-Limettensauce

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung  
Garzeit  
Portionen      6

## Zubereitung

¾ Mango  
140 g Quark  
4 Eigelbe  
½ Limette, Schale  
2 Eiweiss  
40 g Zucker  
½ TL Backpulver

Mango schälen und in kleine Stücke schneiden. Quark, Eigelb und abgeriebene Limettenschale verrühren. Eiweiss mit Zucker und Backpulver steif schlagen und mit ¾ der Mangostücke unter die Quarkmasse heben. Masse in die Förmchen füllen. Förmchen nicht ausfetten, damit das Soufflé gut aufgehen kann.

50 g Zucker  
200 ml Kokosmilch  
250 ml Rahm  
2 Eier  
3 Limetten, Saft und Schale

Zucker, Kokosmilch, Rahm und Eier mit einem Stabmixer verrühren. Saft und abgeriebene Schale der Limetten dazugeben und unterrühren. Alles in eine Porzellanform geben und mit Klarsichtfolie abdecken. Porzellanform in Auflage 1 in den kalten Garraum schieben. Dämpfen.

**Dämpfen 89 °C während 5 Min.**

Förmchen mit den Soufflés nach 5 Minuten in Auflage 3 in den Garraum zur Kokosnuss-Limettensauce geben. Alles zusammen für 25 Minuten weiterdämpfen. Während dieser 25 Minuten die Türe des Dampfgarers nicht öffnen, da die Soufflés sonst zusammenfallen.

**Gargut einschieben**

**Dämpfen 89 °C während 25 Min.**

Soufflés warm mit der Limetten-Kokossauce und den restlichen Mangostücken anrichten.





## Zubehör

---

Gitterrost

Porzellanform 1/3 GN, Höhe 65 mm

Backfeste Förmchen

## Zusätzliche Informationen

---

Erstellt am

14.12.2021

