

Soufflé al papavero con composta di prugne

circa 8 porzioni



Fino a 40 Min.

**Ingredienti:****Pirofile da soufflé individuali:****Soufflé:**

50 g di farina
50 g di burro
2.5 dl di latte
50 g di semi di papavero macinati
1 pizzico di sale
5 tuorli d'uovo
25 g di zucchero
5 chiare d'uovo
50 g di zucchero

Composta:

50 g di zucchero
3 dl di succo d'uva
20 ml di liquore di ribes nero
1 di Bacche di vaniglia Bourbon Dr. Oetker incisa in lungo
1 c. da tè di Epifin Dr. Oetker d'acqua
240 g di prugne sgocciolate

1 Preliminari:

Ungere 8 stampini e spolverizzarli con zucchero. Metterli al fresco.

Preriscaldare il forno:

Forno tradizionale: circa 200 °C

Aria calda: circa 180 °C

2 Soufflé:

Per il soufflé, lavorare insieme la farina e il burro. Scaldare il latte, i semi di papavero e la presa di sale. Incorporare poco a poco la miscela di farina e burro sempre rimestando. Togliere la pentola dal fuoco. Mescolare i tuorli d'uovo e lo zucchero, incorporare al latte di papavero caldo sempre rimestando. Lasciare raffreddare un istante. Montare le chiare d'uovo a neve soda. Aggiungere lo zucchero a pioggia e sbattere ancora brevemente per ottenere un composto lucido. Incorporare un quarto della neve soda al composto di papavero, poi incorporare delicatamente il resto. Versare il composto da soufflé negli stampini preparati riempiendoli quasi fino all'orlo.

Sistemare gli stampini sulla placca, aggiungere un po' d'acqua per immergere un terzo degli stampini e cuocere per ca. 20 minuti nel forno preriscaldato.

Forno tradizionale: circa 200 °C

Aria calda: circa 180 °C

Tempo di cottura: circa 20 Minuti

3 Composta:

Per la composta, caramellare lo zucchero in una pentola inox. Aggiungere il succo d'uva, la Crème de Cassis (liquore di ribes nero) e la bacca di vaniglia incisa nella lunghezza, portare a ebollizione il tutto e lasciare ridurre di un terzo. Togliere la bacca di vaniglia. Mescolare l'Epifin e l'acqua, aggiungere e portare a ebollizione sempre rimestando. Tagliare le prugne a spicchi, aggiungerle al liquido e portare brevemente a ebollizione. Lasciare raffreddare nel succo di cottura. Disporre i soufflé su 8 piattini da dessert e servire con la composta di prugne.

Consiglio

- Non aprire la porta del forno durante la cottura, altrimenti i soufflé si afflosciano e non gonfiano più.