

Pochierte Eier

Poached Eggs



Zutaten für ein Stück:

1 frisches großes Landei

1 EL Apfelessig

1 L Wasser

besondere Hilfsmittel:

kleineres Schüsselchen

Schaumkelle

1. In einem kleineren Topf (18 cm) 1 L Wasser mit 1 EL Apfelessig zum Kochen bringen.

2. Mit dem Kochlöffel Wasser gegen den Uhrzeigersinn rühren, damit es einen Drall bekommt. Platte auf geringste Hitze zurückschalten.

3. Zimmerwarmes Ei in ein kleineres Schüsselchen aufschlagen und vorsichtig in das Wasser gleiten lassen.

4. 3-4 Minuten ziehen lassen.

5. Pochiertes Ei mit einer Schaumkelle herausnehmen, Schaumkelle kurz auf ein Küchentuch setzen, um

überschüssiges Wasser zu binden und dann das Ei auf ein Dessertteller zur weiteren Verarbeitung gleiten lassen.

Hinweise:

- zu Frühstück und Brunch
- auf Rahmspinat
- auf grünem Salat
- mit Artischocke und Räucherlachs

Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 10 min, Grundrezepte, Brunch, Eierspeisen, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 06.01.2023