

# Pochiertes, gebackenes Ei, Senf-Soße, Pellkartoffeln

**Für zwei Personen**

**Für die Senfsauce:**

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	100 ml Sahne
50 ml Wermut	50 ml trockener Weißwein	400 ml Fischfond
2 EL Dijonsenf	2 Stiele glatte Petersilie	1 Prise Zucker
1 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer

**Für die pochierten Eier:** 2 Eier 2 EL Apfelessig

**Für die gebackenen Eier:**  
3 Eier 3 EL Mehl 100 g Pankomehl  
Öl

**Für den Blattsalat:**

1 Kopfsalat	$\frac{1}{2}$ Zitrone	250 ml Joghurt (10%)
1 TL Zucker		

**Für die Pellkartoffeln:** 200 g mehligk. Kartoffeln 1 EL Kapern  
1 EL Butter 100 ml neutrales Öl

**Für die Senfsauce:** Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit Butterschmalz glasig anschwitzen. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, grob hacken und zusammen mit dem Zucker dazugeben. Mit Wermut ablöschen und einkochen. Weißwein hinzugeben und auch hier einkochen lassen bis der Alkohol verflogen ist. Dann mit Fond auffüllen. 1 EL Senf und die Sahne hinzugeben und einreduzieren. Mit dem Stabmixer mixen und durch ein Sieb passieren. Kurz vor dem Servieren noch den restlichen Senf hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch einmal mit dem Stabmixer aufschäumen.

**Für die pochierten Eier:** Ein Liter Wasser in einem Topf aufkochen. Essig hinzufügen. Das Ei in einer Suppenkelle aufschlagen. Nun mit einem Kochlöffel einen Strudel im kochenden Wasser erzeugen und das Ei in den Strudel hineingleiten lassen. Nach 2-3 Min das Ei mit einem Schaumlöffel herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Eigelb sollte noch flüssig sein.

**Für die gebackenen Eier:** In einem Topf Wasser aufkochen und die Eier in etwa 4 bis 5 Minuten weich kochen, anschließend abschrecken und etwas abkühlen lassen. Eier schälen. Danach das übrige Ei verquirlen. Das geschälte Ei nun in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen und in Pankomehl wälzen. Anschließend in einer Fritteuse in Öl goldgelb ausbacken. Auch hier sollte das Eigelb noch flüssig sein.

**Für den Blattsalat:** Eine halbe Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Den Joghurt mit Zucker und Zitronensaft glatt rühren. Etwas Zitronenabrieb dazugeben. Den Blattsalat waschen, trocken schleudern mit der Hand in mundgerechte Stücke zerreißen. Den Salat kurz vor dem Servieren mit der Joghurt-Sauce vermengen.

**Für die Pellkartoffeln:** Die Kartoffeln mit Schale in kochendem Wasser kochen, anschließend pellen. In einer Pfanne etwas Butter zerlassen und die Kartoffeln anschließend in der Butter schwenken. Für die Garnitur Kapern in einem Topf in heißem Öl kurz frittieren und über die Kartoffeln streuen. Pochiertes und gebackenes Ei mit Senfsauce, Pellkartoffeln und Blattsalat mit Joghurt-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Angelika Poschadel am 20. September 2017