

# Pochierte Wachteleier auf Toast mit Tomaten-Gemüse

## Für zwei Personen

4 Wachteleier	2 Scheiben Toastbrot	1 Tomate
4 getr. Tomaten	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian	1 EL Butter	1 EL Olivenöl
Essig, Kresse	Zucker, Salz, Pfeffer	

Die Zwiebel sowie die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Drei der getrockneten Tomaten klein schneiden. Die Tomate enthäuten und würfeln. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln zusammen mit dem Knoblauch darin anschwitzen. Alle Tomatenstücke zugeben und mitbraten. Mit Thymian, Pfeffer, Salz sowie Zucker abschmecken und köcheln lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Rinde von dem Toastbrot entfernen, rund ausstechen und in der heißen Butter von beiden Seiten anrösten. Die Wachteleier in einer kleinen Schüssel aufschlagen. Einen Topf mit Wasser und etwas Essig zum Kochen bringen. Mit dem Schneebesen kräftig in dem kochenden Wasser rühren, bis ein Strudel entsteht. Die Eier vorsichtig in das Wasser geben und circa zwei Minuten pochieren lassen. Anschließend mit der Schöpfkelle herausnehmen und die Ränder abschneiden. Die gerösteten Toastscheiben mit der Tomatencreme bestreichen. Die übrige getrocknete Tomate in Streifen schneiden. Die Toastscheiben auf einem Teller anrichten und die pochierten Wachteleier daraufsetzen. Mit den Tomatenstreifen und der Kresse garnieren und servieren.

Gisela Ruthenberg am 09. Juli 2013