

Pochierte Eier, Rote-Bete-Kresse-Salat, Topping, Krokant

Für zwei Personen

Für das Brezen-Topping:

1 Laugenbrezel 1 EL Butter 2 EL Olivenöl

Für den Krokant:

1 EL Pistazienkerne 3 EL Zucker

Für den Salat:

1 Knolle rohe Rote-Bete 1 Knolle rohe Gelbe-Bete 50 g junger Spinat

1 Stück Meerrettich 1 Beet Shiso-Kresse 1 Prise Zucker

Salz

Für die Vinaigrette:

2 EL Apfelessig 3 EL Olivenöl 1 TL mittelscharfer Senf

1 EL Honig Salz Pfeffer

Für die pochierten Eier:

2 sehr frische Eier (Gr. M) 1 EL Apfelessig

Für das Brezen-Topping:

Die Laugenbrezel in dünne Scheiben schneiden. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Brezelscheiben darin bei mittlerer Hitze knusprig braten.

Für den Krokant:

2 EL Zucker in einen kleinen Topf geben und hellbraun karamellisieren. Pistazien zugeben und mit dem Holzlöffel unterrühren. Die Zuckermasse auf Backpapier auskühlen lassen.

Für den Salat:

Rote und gelbe Bete schälen und in dünne Scheiben hobeln. Getrennt in 2 Schüsseln mit Salz und 1 Msp. Zucker würzen. Vorsichtig mit den Händen durchkneten.

Spinat waschen und trockenwedeln.

Rote und gelbe Bete darauf verteilen. Meerrettichwurzel schälen und darüber raspeln. Von dem Beet Shiso-Kresse Kresse abschneiden und auf die Rote und gelbe Bete geben.

Für die Vinaigrette:

Apfelessig, Olivenöl, Senf, Honig und 1 EL Wasser miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat mit der Vinaigrette vermengen.

Für die pochierten Eier:

2 l Wasser mit Apfelessig aufkochen. Die Temperatur herunterschalten, bis das Wasser nur noch leicht simmert. Mit dem Schneebesen einen leichten Strudel im Wasser erzeugen. Eier einzeln in eine Tasse aufschlagen und vorsichtig in den Strudel gleiten lassen. Ca. 3-4 Minuten pochieren. Die Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen, salzen und auf den Salat setzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit dem Krokant und den Brezen garnieren und servieren.

Silvia Wilden am 17. Juli 2018