

Pochiertes Ei, Hollandaise, Pak Choi, Guacamole, Speck

Für zwei Personen

Für die Eggs Benedict:

2 Toasties	4 Scheiben Bacon	1 Pak Choi Kopf
150 g Butter	Salz	

Für die Guacamole:

1 reife Avocado	1 Limette	grüne Chilisauce
2 EL Limetten-Öl	1 Zweig Koriander	Salz, Pfeffer

Für die Hollandaise:

1 Schalotte	1 Limette	2 Eier
100 g Butter	40 ml Weißwein	20 ml Estragonessig
3 Pfefferkörner	Piment d'Espelette	Salz, Pfeffer

Für die pochierten Eier:

2 Eier	150 ml heller Essig	Salz
--------	---------------------	------

Für die Garnitur:

1 Limette	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
-----------	---------------------------------

Für die Eggs Benedict:

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Bacon für 10-15 Minuten im Ofen gleichmäßig knusprig rösten.

Butter in einem Topf erhitzen, bis sich die Molke trennt, karamellisiert und Nussbutter entsteht.

Toasties von beiden Seiten in der braunen Butter rösten, bis sie goldbraun und knusprig sind.

Pak Choi putzen und vom Strunk befreien. Das Grüne des Pak Choi in feine Streifen schneiden und etwas vom weißen Strunk dazu schneiden.

Toasties aus der braunen Butter nehmen und auf einem Blatt Küchenrolle abtropfen lassen. Pak-Choi-Streifen in die braune Butter geben und mit Salz würzen. Pak Choi herausnehmen und beiseite stellen.

Für die Guacamole:

Limette waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Halbieren, auspressen und Saft auffangen. Fruchtfleisch der Avocado aus der Schale lösen und Kern entfernen. Limetten-Öl hinzugeben sowie etwas Limettenabrieb- und saft hinzugeben. Koriander abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und 1 TL davon zu der Avocado geben. Alles mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz, Pfeffer und Chilisauce würzig abschmecken.

Für die Hollandaise:

Limette waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Schalotte abziehen und fein würfeln.

Pfefferkörner zerdrücken. Schalottenwürfel mit Weißwein, Estragonessig und Pfefferkörnern zum Kochen bringen und auf die Hälfte reduzieren.

Die Reduktion durch ein Sieb in einen Aufschlagessel geben. Eier trennen und Eigelbe auffangen. Eigelbe zur Reduktion geben und alles zusammen über einer Sauteuse mit einem Spiralschneebesen warm und schaumig aufschlagen. Butter erhitzen und langsam unter die aufgeschlagene Masse rühren. Dabei darauf achten, dass man am Anfang nur tröpfchenweise die Butter zugibt, später dann in einem dünnen Strahl, sodass die Hollandaise nicht gerinnt. Hollandaise mit Limettensaft, Limettenschale sowie Salz, Piment d'Espelette und Pfeffer abschmecken.

Für die pochierten Eier:

Eier aufschlagen und jeweils in eine Tasse geben. 1 Liter Wasser zusammen mit etwas Salz und Essig zum Kochen bringen. Das kochende Wasser vom Herd ziehen und mit einem Schneebesen

im Uhrzeigersinn rühren, sodass sich ein Strudel bildet. Eier nun einzeln hintereinander ins Essigwasser geben und bei leicht simmerndem Wasser 6 Minuten pochieren. Eier anschließend mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und abstehendes Eiweiß abschneiden.

Für die Garnitur:

Limette waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. kuechenschlacht.zdf.de Toasties mit Guacamole bestreichen. Pak Choi darauf verteilen. Zwei Scheiben knusprigen Bacon darauf legen. Ein pochiertes Ei aufsetzen und Limetten-Hollandaise darüber geben. Mit Schnittlauchröllchen und Limettenabrieb bestreuen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sandi Elayan am 17. Mai 2021