

Winterspinat-Graupen mit Eigelb, Räucherforelle, Schaum

Für zwei Personen

Für die Eier:

3 Eier

Für die Graupen:

200 g Gerstengraupen	400 g frischer Winterspinat	1 Räucher-Forelle
6 Schalotten	1 Knoblauchzehe	100 g Frischkäse
1 Flocke Butter	200 ml Milch	100 ml Sahne
500 ml Hühnerfond	2 EL Essig	1 Schuss Weißwein
1 Bund glatte Petersilie	1 Schale Gartenkresse	Öl
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Eier:

Ein Sous-vide-Becken auf 72 Grad vorheizen und die Eier für ca. 17 Minuten hineinlegen.

Für die Graupen:

Für die Graupen:

Knoblauch abziehen und halbieren. Schalotten abziehen und würfeln.

Eine gewürfelte Schalotte in Öl anschwitzen. Graupen dazugeben und mit der Hälfte des Fonds aufgießen. Mit Deckel etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Forelle filetieren und die Mittelgräte mit den restlichen Schalotten in der Milch und restlichem Fond auskochen. Sud abpassieren und mit Frischkäse, Butter, Sahne, Essig und Weißwein verrühren. In einen Sahnesyphon füllen und im Sous-vide-Becken warmstellen.

Petersilie hacken. Spinat blanchieren und zusammen mit der Petersilie unter die Graupen mischen. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die Graupen in die Mitte vom Teller anrichten. Ein weiches Eigelb aus der Schale nehmen und ebenfalls mittig platzieren.

Mit kleinen Forellenstückchen, Kresse und dem warmen Schaum garnieren.

Björn Freitag am 17. Januar 2023