

Eier im Glas mit Möhren-Haselnuss-Fladen

Für 4 Personen

Für die Fladen:

70 g Haselnusskerne	1 Möhre	200 g Dinkelmehl (Type 630)
50 g feiner Polentagrieß	12 g frische Hefe	½ TL Zucker
½ TL Salz	1 TL Currypulver	1 TL Brotgewürz
80 ml Wasser, lauwarm	Mehl	2 EL Butterschmalz
Salzflocken		

Ei-Variante 1:

2 TL weiche Butter	1 Bund gemischte Kräuter	40 g Parmesan
2 EL Frischkäse	Salz	Pfeffer
Muskatnuss	4 Eier	1 Msp. Piment-d'Espelette

Ei-Variante 2:

6 getrock. Shiitakepilze	1 Möhre	10 g frischer Ingwer
1 rote Chilischote	4 Stiele Koriander	1 TL geröstetes Sesamöl
1 EL Sojasoße	1 Prise Rohrzucker	4 Eier
1 TL helle Sesamsamen	1 EL gehackte Erdnüsse	

Außerdem:

8 Eierkoch-Gläser	Butter	geröstetes Sesamöl
-------------------	--------	--------------------

Für die Fladen die Haselnusskerne trocken in einer Pfanne rösten, bis die Häutchen platzen. Dann Haselnüsse in ein sauberes Geschirrtuch geben und die Häutchen abreiben.

Anschließend Nüsse grob hacken.

Möhre putzen, waschen, evtl. schälen und fein reiben.

Das Mehl und den Polentagrieß in eine Schüssel geben und die Hefe darüber krümeln.

Zucker, Salz, Curry und Brotgewürz dazugeben.

Die Möhrenraspel und Haselnüsse in die Schüssel geben. Alles kneten, dabei ca. 80 ml lauwarmes Wasser dazugeben. So lange weiterkneten, bis sich der elastische, glatte Teig vom Schüsselrand löst.

Teig zu einer Kugel formen, in die mit Mehl ausgestreute Schüssel geben. Die Teigschüssel mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken. Teig an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

In der Zwischenzeit 4 der Eierkochgläser mit weicher Butter und 4 Gläser mit Sesamöl ausfetten.

Für die erste Ei-Variante die Kräuter abrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

Parmesan fein reiben.

2 EL gehackte Kräuter mit Parmesan und Frischkäse verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die Masse in die gebutterten Gläser verteilen und jeweils ein Ei aufschlagen und hinein gleiten lassen. Mit Piment d'Espelette bestreuen und Deckel auflegen.

Tipp: Noch feiner wird das Ei im Glas, wenn man das Ei zunächst trennt, zum Eiweiß einen Spritzer Sahne untermischt und dann in das Glas gibt, anschließend das Eigelb ins Glas gibt.

Für die 2. Variante die Shiitakepilze einige Minuten in heißem Wasser einweichen.

Inzwischen die Möhre waschen, schälen und in schmale Streifen hobeln oder schneiden.

Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Chilischote waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden. Den Koriander abrausen, trocken schütteln und inklusive der Stiele fein hacken.

Die Shiitakepilze aus dem Einweichwasser nehmen, gründlich ausdrücken und klein schneiden.

Pilze mit Möhren, Ingwer, Chilischote und 2/3 des Korianders vermengen. Mit Sesamöl, ca. 1

EL Sojasoße und einer Prise Zucker mischen.

Die Pilz-Mischung in die geölten Gläser geben und jeweils ein Ei hineinschlagen. Mit Sesam und Erdnüssen bestreuen. Die Gläser mit Deckeln verschließen.

Die Fettpfanne in die Ofenmitte einschieben. Alle Gläser hineinstellen und heißes Wasser in die Fettpfanne gießen, so dass die Eiergläser im Wasserbad stehen. Die Eier so lange im Ofen lassen, bis das Eiweiß stockt, je nach Glasdicke ca. 10 15 Minuten.

Den gegangenen Fladen-Teig halbieren und auf einer bemehlten Arbeitsfläche jeweils zu einem Quadrat von ca. 14 x 14 cm ausrollen.

In einer beschichteten Pfanne die Hälfte vom Butterschmalz erhitzen und den ersten Teigfladen bei kleiner, bis mittlerer Hitze ca. 3 Minuten pro Seite zugedeckt knusprig und goldbraun braten. Fladen aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen, dann in schmale Streifen schneiden.

Dann den 2. Teigfladen genauso garen.

Anschließend die Fladenstreifen nochmals in der Pfanne kurz rösten und mit Salzflocken bestreuen.

Zum Anrichten die Eier mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Mit restlichen Kräutern bestreuen und sofort servieren. Die Fladenstreifen zu den Eiern servieren.

Tipp: die Fladen können am Vortag gebacken werden. Wie ein Brot aufbewahren und am nächsten Tag in Streifen schneiden und in der Pfanne knusprig anrösten.

Martin Gehrlein am 06. April 2020