

Pochiertes Ei, souffliert mit Parmesan und Blattspinat

Für 4 Personen

Für das Brot:

150 g Baguette 60 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Blattspinat:

3 Schalotten 1 Knoblauchzehe 2 Tomaten
200 g Blattspinat 1 EL Olivenöl Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Für die pochierten Eier:

700 ml Wasser 200 ml Weißweinessig 4 Eier (gekühlt)

Für den Parmesanschaum:

50 g sehr weiche Butter 2 Eier (Größe M) 150 g Sauerrahm
100 g Parmesan Salz, Piment d'Espelette 1 Prise Zucker

Außerdem: Butter

Das Baguette in etwa 1 cm feine Würfel schneiden. Butter in eine Pfanne geben, erhitzen und leicht bräunen.

Die Baguettewürfel zugeben und knusprig braten. Auf einen mit Küchenpapier belegten Teller geben und würzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Tomaten kreuzweise einschneiden, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und die Schale abziehen. Tomaten nach Belieben entkernen und in feine Würfel schneiden.

Spinat verlesen, gründlich waschen und trocken schleudern.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Tomatenwürfel zugeben, kurz unterschwenken.

Dann den Blattspinat zugeben, unter Wenden kurz zusammenfallen lassen. Spinat Tomatenmischung mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, etwas abtropfen lassen.

In einem weiten Topf 700 ml Wasser und Essig bis kurz vors Sieden erhitzen.

Die Eier einzeln in kleine Schälchen oder Tassen aufschlagen. Essigwasser mit einem Kochlöffel durchrühren, sodass darin ein Strudel entsteht.

Eier nach und nach in das siedende Wasser gleiten lassen. Bei etwa 90 Grad (knapp unter der Siedegrenze) ca. 5 Minuten ziehen lassen. So bleiben die Eier innen schön cremig.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze inklusive Grillfunktion vorheizen.

Währenddessen für den Parmesanschaum die Butter in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesen des Handrührgerätes schaumig aufschlagen. Eier trennen. Eigelbe einzeln gründlich unter die Butter rühren.

Dann Sauerrahm und Parmesan unterrühren. Mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen.

Eiweiß, je 1 Prise Salz und Zucker cremig (nicht zu steif!) aufschlagen. Vorsichtig portionsweise unter die Parmesanmasse heben.

Die pochierten Eier mit der Schaumkelle aus dem Topf heben, in eine Schüssel mit eisgekühltem gesalzenem Wasser geben und kurz abschrecken. Eier abtropfen lassen. Nach Belieben abstehende Eiweißteile abschneiden. Vier ofenfeste Gläser oder Gratinformen (à ca. 300 ml Inhalt) mit Butter austreichen. Spinat in den Förmchen verteilen. Brotwürfel darüber streuen.

Pochierte Eier salzen und in die Förmchen verteilen. Etwa 4-5 cm hoch Parmesanschaum auffüllen. Förmchen auf dem Gitterrost in den heißen Backofen schieben. Im heißen Backofen 2-3 Minuten gratinieren. Förmchen vorsichtig aus dem Backofen nehmen, auf Teller setzen und die Soufflés sofort servieren.

Jörg Sackmann am 24. Mai 2022