

Lauch-Salat mit Waldpilzen und pochiertem Ei

Für 2 Personen

2 Stangen Lauch	Salz	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Zitronenthymian	1 EL Zitronensaft
2 EL Sherryessig	Pfeffer	6 EL Olivenöl
300 g gemischte Speisepilze	1 kleine Zwiebel	1 EL Butter
250 ml Weißweinessig	2 ganz frische Eier	

Den Lauch putzen, gut waschen und in Salzwasser bissfest kochen. Die Lauchstangen trocken tupfen und in schmale Ringe schneiden. Für die Vinaigrette Schalotte und Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Zitronenthymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Schüssel Zitronensaft, Sherryessig und 6 EL Olivenöl geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Schalotte, Knoblauch und Zitronenthymian unterrühren und die Hälfte der Vinaigrette über die Lauchringe gießen, ca. 20 Minuten ziehen lassen. Die Pilze gut putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, fein schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, die Pilze zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz durchschwenken. Dann auf einen tiefen Teller geben und mit der restlichen Vinaigrette marinieren. Für das pochierte Ei 1 l Wasser in einem Topf aufkochen, Essig zugeben. Die Eier einzeln in kleine Schälchen aufschlagen und dann vorsichtig nach und nach in das siedende Wasser gleiten lassen. Ca. 5 Minuten ziehen lassen, die Eier sollten innen noch ganz leicht flüssig sein. Dann herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit gesalzenem kaltem Wasser geben. Den Lauchsalat mit den Pilzen in tiefen Teller anrichten. In die Mitte jeweils ein pochiertes Ei setzen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp: Anstatt dem pochierten Ei kann man auch ein sog. Onsen-Ei zubereiten. Dazu das frische Ei mit der Schale im 65 Grad warmen Wasser ca. 25 Minuten garen. Anschließend das Ei einfach aufschlagen und auf dem Salat anrichten. Mit Salz würzen.

Jörg Sackmann Dienstag, 04. Oktober 2011