

Scharfer Avocado-Salat, Brösel-Schmelze, pochiertes Ei

Für zwei Personen

Für den Salat:

2 Avocados	2 Romanasalatherzen	1 Limette
2 EL Sauerrahm	Cayennepfeffer	Olivenöl, Salz

Für die Bröselschmelze:

4 EL Pankobrösel	1 Knoblauchzehe	100 g Butter
4 Zweige Thymian	2 Eier	30 ml Essig

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ TL grobes Meersalz

Für den Salat:

Die Avocados halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale nehmen, grob würfeln und in eine Schüssel geben.

Die Limette halbieren, auspressen und die Avocado-Würfel mit Limettensaft, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Die Salatherzen waschen, die äußeren Blätter putzen, in feine Streifen schneiden und unter die Avocado-Würfel heben. Mit etwas Olivenöl und Sauerrahm marinieren. Mit Cayennepfeffer und Salz nochmals abschmecken.

Für die Bröselschmelze:

Die Butter in einem Topf aufschäumen lassen, die Pankobrösel und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben und bei mittlerer Hitze hellgolden rösten, sodass das Wasser aus der Butter verdunstet. Thymian abbrausen, trockenwedeln und einige Blättchen zupfen. Thymian zu den Bröseln geben und den Topf vom Herd nehmen, sobald die Blättchen aufhören zu knistern.

Für das pochierte Ei:

Wasser mit reichlich Essig in einem flachen Topf zum Kochen bringen, mit einem Kochlöffel einen Strudel erzeugen und ein aufgeschlagenes Ei vorsichtig hineingleiten lassen. Den Topf vom Herd nehmen und das Ei im heißen Essigwasser ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Zum Anrichten einen Ring auf einem flachen Teller platzieren, den Salat darin anrichten und dabei mittig eine leichte Vertiefung hineindrücken.

Dann mit reichlich Bröselschmelze bestreuen, den Ring abziehen, das pochierte Ei darauf setzen und mit einer Prise Meersalz bestreuen.

Alexander Herrmann am 07. April 2017