

Pochiertes Ei

Für 2 Personen:

300 ml Branntweinessig 2 Eier 1 Msp. Gewürzsalz

1,5 L Wasser und Essig gemeinsam in einem Topf erhitzen (Verhältnis 5:1).

Ei auf einer ebenen Fläche an schlagen und das Ei aus der Schale vorsichtig in ein kleines Schälchen geben.

Sobald das Wasser am Siedepunkt ist, das Schälchen samt Ei vorsichtig ins Wasser tauchen und das Ei herausgleiten lassen. Mit einem Kochlöffel das Eiklar vorsichtig in Richtung Eigelb schieben. Das Wasser einmal kurz aufkochen und dann die Hitze reduzieren.

Das Ei 3-4 Minuten im heißen Wasserbad garen.

Das Ei mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, das Essig-Wasser kurz verdampfen lassen und die dünnen Eiweiß-Ränder mit einem Messer wegschneiden.

Das pochierte Ei nach Wunsch mit Gewürzsalz würzen.

Steffen Henssler am 01. Juli 2023