

Mangold mit Käse-Croustillant und pochiertem Ei

Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 EL Essig	Salz
80 g Kastenweißbrot	3 Scheiben Bergkäse, dünn	400 g Mangold
1 Schalotte	2-3 EL Olivenöl	Pfeffer, Muskat
2 sehr frische Eier		

Für die pochierten Eier zuerst die Zwiebel schälen, halbieren und mit 1 l Wasser aufsetzen. Das Wasser salzen (ca. 1 EL Salz), den Essig zugeben und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Für die Käse – Croustillant das Weißbrot in sehr dünne Scheiben (ca. 2 mm stark) schneiden. Die Hälfte der Scheiben mit Käse belegen und jeweils mit einer weiteren Brotscheibe abdecken. Mangold putzen, waschen, die harten Strünke in feine Streifen schneiden, die Blätter grob schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, zuerst die in Streifen geschnittenen Mangoldstrünke zugeben und mit anschwitzen, dann die Mangoldblätter. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Zwiebelhälften aus dem kochenden Wasser herausnehmen. Das Wasser zum Siedepunkt bringen. Die Eier jeweils in eine Tasse schlagen. Sie müssen sehr frisch und der Dotter darf nicht verletzt sein. Ein Ei ins siedende (nicht kochende) Wasser rutschen lassen. Den Topf vom Herd ziehen. Das Ei ca. 1 Minute lang unbeweglich verharren lassen, dann erst das nächste Ei zugeben. Eventuelle Schlieren werden mit einem Schaumlöffel korrigiert. Den Topf wieder auf den Herd geben, so dass der Siedepunkt nahezu erreicht wird. Fünf Minuten ziehen lassen, dann herausnehmen. Die Brote in Dreiecke schneiden und in einer Pfanne mit 1-2 EL Olivenöl von beiden Seiten braun braten. Mit grobem Pfeffer bestreuen. und zum Mangold reichen. Mangold auf dem Teller anrichten. Das Ei darauf geben und die Käse-Croustillant dazu servieren.

Tipp:

Die Eier lassen sich auch sehr gut vorbereiten. Die pochierten Eier einfach in gut gesalzenes, kaltes Wasser geben und dann in dem abgekühlten Eierwasser lagern. Vor dem Anrichten wieder kurz in siedendes Wasser geben.

Vincent Klink am 05. Dezember 2013