

Spargel-Salat mit pochierten Wachteleiern

Für 2 Portionen

8 - 10 Wachteleier	6 Stangen weißer Spargel	1 Romanasalatherz
1 Strauchtomate	1 Bund Bärlauch	100 ml Rapsöl
Essig	grobes Meersalz	Zucker

Wasser mit Salz und Zucker abschmecken und in einem großen Topf auf dem Herd zum Kochen bringen. Spargel schälen, in diesem Sud bissfest kochen, abkühlen lassen und schräg in etwa zwei Zentimeter breite Stücke schneiden. (Etwas vom Spargel-Kochfond aufheben!) Spargel in eine Pfanne mit etwas Spargelfond geben, aufkochen, mit einem kleinen Schuss Essig und Salz abschmecken, einen Spritzer Rapsöl zugeben, durchschwenken und die überschüssige Flüssigkeit einkochen lassen. Wasser und einen großzügigen Schuss Essig in einem Topf aufkochen. Wachteleier vorsichtig mit einem Messer aufschlagen und in eine kleine Schüssel füllen. Mit einem Kochlöffel stark im kochenden Essigwasser rühren, bis sich in der Mitte des Topfes ein Strudel bildet. Dann die Wachteleier langsam hinein gleiten lassen, den Herd ausschalten und die Wachteleier zwei Minuten im Wasser ziehen lassen. Bärlauchblätter in einen Mixbecher füllen, 100 ml Rapsöl zugeben, mit Hilfe eines Pürierstabes mixen und mit etwas grobem Meersalz abschmecken. Die Strauchtomate blanchieren (oder mit einem Bunsenbrenner abflämmen), die Haut abziehen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Spargel auf zwei Tellern anrichten, pochierte Eier darauf setzen und mit den Tomatenwürfeln bestreuen. Die Blätter vom Romanasalat durch den restlichen Spargelfond aus der Pfanne ziehen, mit auf den Tellern anrichten und mit Bärlauchöl beträufeln.

Alexander Herrmann am 05. Juni 2014