

Strammer Max mit pochiertem Ei

Für 4 Personen

4 Eier	4 dünne Scheiben Katenschinken	4 Scheiben Brot
Butter	Pfeffer, Salz	2 EL Essig

Die Brotscheiben in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann mit Butter bestreichen. Darauf die Schinkenscheiben legen.

Wasser mit etwas Essig und Salz in einem kleinen Topf erhitzen. Das Kochwasser sollte nur leicht simmern. Die Eier aufschlagen und vorsichtig in 4 Tassen geben. Mit Hilfe eines Holzlöffels im Kochwasser einen Strudel erzeugen. Nun ein Ei in den Strudel gleiten und stocken lassen. Durch die rotierende Bewegung hält das Eiweiß die Form und umschließt das Eigelb.

Sollte das Eiweiß stark Fäden ziehen und auseinanderflocken, kann man es mithilfe zweier Löffel wieder in Form bringen.

Das Ei etwa 3 Minuten köcheln lassen, bis das Eiweiß fest und das Eigelb noch flüssig ist. Mit einer Schaumkelle aus dem Topf fischen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Nun die weiteren Eier pochieren und anschließend auf die Schinkenbrote verteilen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen. Nach Belieben dazu Gewürzgerken servieren.

Rainer Sass am 06. April 2020