

Frisch gekocht
Freitag, 29. Juli 2016



Rezept von Andreas Wojta

Pochiertes Ei mit Räucherforelle, Kren und Spinat

30 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Eier, 1 Spritzer Essig; 300 g Räucherforelle, 1 Jungzwiebel (mit Grün, fein gehackt), 100 g würfelig geschnittenes Paradeiserfruchtfleisch, 1 angedrückte Knoblauchzehe, Saft und geriebene Schale von 1/2 Zitrone (unbehandelt), 1 TL gehackte Dille, Salz.

Für die Krensauce:

1/16 l Wermut (Noilly Prat), 1/16 l Weißwein, 1/8 l Schlagobers, frisch gerissener Kren, Salz

Für den Spinat:

300 g frischer Blattspinat, 1 Zwiebel (klein geschnitten), 2 Knoblauchzehen (klein geschnitten), 2 EL Butter, 1/4 l Rindssuppe, 1/4 l Obers, Suppenpulver

Zubereitung

In einem tiefen Topf reichlich Wasser mit etwas Essig zum Kochen bringen. Die Eier (sollten am besten kalt sein) in eine Tasse einzeln vorsichtig einschlagen und langsam in das wallende Kochwasser gleiten lassen. Bei kleiner Hitze ca. 3 Minuten pochieren. Das Wasser sollte dabei nicht kochen. Die Eier mit einem gelochten Löffel herausnehmen und auf Küchenpapier legen.

Die Räucherforelle grob hacken. Eine Schüssel mit der angedrückten Knoblauchzehe ausreiben und die Räucherforelle mit gehackter Jungzwiebel, Paradeiserwürfeln, Zitronensaft, Zitronenschale und gehackter Dille vermengen.

Für die Krensauce in einer Pfanne Wermut und Weißwein aufkochen, Schlagobers zugießen und mit Salz würzen. Nochmals aufkochen lassen, mit dem Pürierstab aufmixen und vor dem Servieren den frisch gerissenen Kren unterheben.

Blattspinat blanchieren, kalt abschrecken, gut ausdrücken und klein hacken. Zwiebel und Knoblauch in aufschäumender Butter ohne Farbe nehmen zu lassen anschwitzen. Den Blattspinat zufügen, kurz durchschwenken und mit etwas Suppe und Obers aufgießen. Auf kleiner Hitze ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Mit dem Stabmixer fein pürieren, mit Suppenpulver abschmecken.

Auf tiefen heißen Teller zuerst den Cremespinat auftragen. Das Räucherforellentatere dekorativ darauf anrichten. Das pochierte Ei auf das Tatare setzen, mit dem Krenschäum beträufeln.