Blanchierter Spargel mit Räucherlachs und pochiertes Ei

Leicht und lecker die Spargelzeit genießen - mit diesem tollen Rezept für blanchierten Spargel mit Räucherlachs und pochiertem Ei.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 45 min

Zutaten

1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
2 EL	Butter
2 Stk.	Zitronen
1 Schuss	Olivenöl
1 Handvoll	Chiliflocken (ausgetrocknete)
1 Stange	Sellerie
4 Zweige	Estragon
4 Stk.	Eier
500 g	Spargel (grünen)
250 g	Lachs

Zubereitung

1. Für den blanchierten Spargel mit Räucherlachs und pochiertem Ei zu Beginn Spargel, Sellerieblätter und Estragon waschen und bei Bedarf putzen, Spargel im unteren Bereich schälen.

2. Die Eier vorbereiten: Für jedes Ei eine separate, hitzefeste Tasse oder Dessertschale mit Öl auspinseln und mit einem großen Stück Frischhaltefolie auskleiden, das noch etwa 20 cm

über den Rand ragt. Die Folie von innen mit dem Finger leicht mit Öl bestreichen.

3. In jede Tasse nach Geschmack Salz, Pfeffer und Chiliflocken streuen, Estragon und Sellerieblätter verteilen. Nun die Eier vorsichtig in die Tassen gleiten lassen und versuchen, die Dotter möglichst in die Mitte zu schieben, ohne sie zu zerstören. Im Idealfall sind die Dotter rundum vom Eiklar umschlossen. Die Frischhaltefolie nun fest zuknoten.

4. In der Zwischenzeit ein Wasserbad in einem großen Topf ansetzen. Eine Metallschüssel aufsetzen (es darf kein Kontakt zum Kochwasser bestehen). Die Butter mit dem Saft einer Zitrone über dem Wasserbad langsam schmelzen, mit Pfeffer und Salz würzen. Schüssel vom Wasserbad nehmen. Das Wasser zum Kochen bringen.

5. Die Tassen mit den Eiern in das Wasser stellen, bei Bedarf vorher Wasser abgießen. Die Tassen sollten etwa drei Viertel hoch im Wasser stehen. Den Spargel direkt daneben in das Wasser geben. Die Eier 5 bis 6 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen. Den Spargel schon 1 Minute vorher aus dem Wasser heben und in der geschmolzenen Zitronenbutter schwenken.

6. Wenn die Eier eine ähnliche Konsistenz wie Mozzarella haben, sind sie fertig. Zum Anrichten erst den Spargel auf vorgewärmten Tellern verteilen, darüber den Räucherlachs drapieren. Die Frischhaltefolien aufschneiden und die Eier mit einem Esslöffel herausheben, jeweils ein Ei auf jeden angerichteten Teller obenauf setzen. Nach Belieben die Teller noch mit Zitronenspalten dekorieren.

Tipp

Der blanchierte Spargel mit Räucherlachs und pochiertem Ei schmeckt auch mit weißem Spargel. Anstelle von Lachs kann man auch geräucherten oder gekochten Schinken verwenden.