

Pochiertes Ei

Das pochierte Ei bringt Abwechslung auf den Frühstückstisch. Am besten gelingt das Rezept mit ganz frischen Eiern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

2 Stk.	<u>Eier</u>
1.5	Wasser
1 EL	Salz
2 EL	Apfelessig

Zubereitung

- 1. Das Highlight am Frühstückstisch ist das **pochierte Ei**. Eine Schüssel mit Eiswasser vorbereiten. Die Eier einzeln in kleine Schalen aufschlagen.
- 2. Wasser in den Topf geben. Essig und Salz hinzufügen, aufkochen, anschließend Hitze herabstellen.
- 3. Mit Hilfe eines Löffels einen Strudel in dem heißen Wasser erzeugen. Das erste Ei in den abklingenden Strudel langsam hineingleiten lassen.
- 4. Für die nächsten 4 Minuten das Ei siedend pochieren, ggf. etwas kürzer oder länger bis zur gewünschten Konsistenz.
- 5. Eine Schaumkelle verwenden, um das fertige Ei aus dem Wasser zu heben. Sofort im eiskalten Wasser abschrecken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
- 6. Ein weiteres Ei auf dieselbe Art pochieren und anschließend servieren.

Tipp



Soll das pochierte Ei eine flüssigere Konsistenz aufweisen, so reicht ein 2 bis 3-minütiger Aufenthalt im siedenden Wasser.