

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. Eier
1.5 l 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.