Toast mit pochiertem Ei und Spargel

Ein schnelles Rezept für leckeren Toast mit pochiertem Ei und Spargel. Schmeckt auch Kindern besonders gut.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 25 min

Zutaten

4 Stk.	Eier
4 Scheiben	Toastbrot
8 Stangen	Spargel
1 EL	Öl
1 Prise	Zucker
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
Nach Belieben	Kaviar (zum Garnieren)

Zubereitung

1. Für den Toast mit pochiertem Ei und Spargel zuerst den grünen Spargel zubereiten. Dieser muss nicht geputzt werden, sondern hier nur die Enden abschneiden, dabei ruhig großzügig sein. Danach eine Pfanne mit Öl erhitzen und den Spargel darin von allen Seiten bissfest garen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

2. Damit das pochierte Ei gelingt einen großen Topf Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Einen Schuss Essig am Anfang dazugeben. Währenddessen den Toast rösten und auf einem Teller platzieren, den Spargel dazulegen.

3. Kocht das Wasser, die Temperatur herunterschalten, sodass das Wasser nur noch siedet. Das Ei nicht direkt hineingeben, sondern dieses in eine Suppenkelle schlagen. Diese dann vorsichtig in das Wasser geben und das Ei herausgleiten lassen. Wenn alle Eier im Wasser sind, diese ungefähr 5 – 6 Minuten ziehen lassen.

4. Mit einer Schaumkelle die fertigen Eier aus dem Wasser holen, auf den Toast mit Spargel legen und mit Kaviar garnieren.

Tipp

Am besten schmeckt der Toast mit pochiertem Ei und Spargel, wenn alles noch warm ist. Sehr lecker schmeckt auch ein Spritzer Maggi auf dem Ei!