

Pochierte Senfeier mit Rote-Bete-Salat

Zutaten für die Senfsoße (für 4 Personen):

- 200 ml Milch
- 200 ml kräftige Hühnerbrühe
- 250 ml Schlagsahne
- 0.5 TL edelsüßes Paprika-Pulver
- 0.5 TL Kurkuma
- 2 EL Mehl
- 2 EL Butter
- 1 EL scharfer Dijon-Senf
- 1 EL grober Senf
- 1 EL süßer Senf
- 3 EL Gewürzgurken-Wasser
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Milch, Brühe und Sahne mit Paprika-Pulver und Kurkuma in einem Topf aufkochen. Mehl mit der Butter in einer kleinen Schüssel verkneten und stückchenweise unter die Soße rühren und bei milder Hitze 3 Minuten leise köcheln lassen. Die Soße mit Senf und Essigurken-Wasser würzen und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Zutaten für die pochierten Eier:

- 12 Eier
- 1 Schuss Brantwein-Essig

Wasser und Essig im Verhältnis 5:1 in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Hitze so reduzieren, dass das Wasser nur noch siedet. Ein Ei aufschlagen und in eine Tasse geben, die Tasse langsam ins Wasser absenken und das Ei hineingleiten lassen. So weitermachen, bis alle Eier im Wasser schwimmen. Die Eier dann etwa 4 Minuten garen, dann ist das Eigelb noch weich. Wer es etwas fester mag, lässt die Eier 1 Minute länger drin. Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und servieren.

Zutaten für den Rote-Bete-Salat:

- 500 g Rote Bete
- 4 Gewürzgurken
- 2 EL Rotwein-Essig
- 3 EL Gewürzgurken-Sud
- 6 EL Sonnenblumenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Rote Bete waschen, bedeckt mit Wasser aufkochen und etwa 30 Minuten bissfest garen. Dann abgießen, abschrecken, die Haut abziehen und etwas abkühlen lassen. Für das Dressing Essig, Gewürzgurken-Sud und Sonnenblumenöl verquirlen und kräftig mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Rote Bete in dünne Scheiben schneiden, Gewürzgurken würfeln und mit dem Dressing vermengen.

Anrichten:

- 0.5 Bund Schnittlauch
- 0.5 Bund Kerbel

- 4 Scheiben Krustenbrot
- Butter

Schnittlauch in Röllchen schneiden, Kerbel zupfen. Das Brot rösten und mit Butter bestreichen. Eier in tiefe Teller setzen, mit Senfsoße begießen und mit Kräutern garnieren. Dazu den Salat und das Röstbrot oder Salzkartoffeln servieren.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 24.11.2020

Koch/Köchin: Elli Neubert

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen