



Eggs Benedict

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Schwierig



Zutaten

für 4 Portionen

Butter	175 g
Zitronen	1 St.
Eier	6 St.
Weißwein, trocken	4 EL
Senf	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Essig	1 EL
Toastbrot	4 Scheiben
Kochschinken	4 Scheiben
Schnittlauch, frisch	10 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleiner Topf, großer Topf, Schöpfkelle, Pürierstab

1. In einem Topf 200 g Butter zum Schmelzen bringen und ca. 3 Min. auf mittlerer Stufe bräunen. Zitrone halbieren und auspressen. Inzwischen 2 Eier trennen (Eiweiß anderweitig verwenden). In einem hohen Gefäß Weißwein, 3 EL Zitronensaft, 2 Eigelb, Senf, 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren. Heiße Butter langsam einlaufen lassen und währenddessen mit einem Pürierstab aufmixen, bis die Hollandaise eine cremige Konsistenz erreicht. Bis zum Servieren beiseitestellen.
2. In einem Topf ca. 2 l Salzwasser abgedeckt zum Kochen bringen. Essig in das kochende Wasser geben und Hitze reduzieren, das Wasser darf nur noch siedeln. Ein Ei in eine Tasse schlagen, dabei sollte das Eigelb heil bleiben. Das Wasser im Topf mit einem Schneebesen zu einem Strudel rühren und die Eier nacheinander hineingleiten lassen. Auf niedriger Stufe ca. 4–5 Min. ziehen lassen und anschließend mit einer Schaumkelle vorsichtig entnehmen.
3. Schnittlauch waschen und trocken schütteln. Toastbrot nach Belieben rösten und mit Schinken belegen. Jeweils ein pochiertes Ei daraufsetzen und Eggs Benedict mit Sauce Hollandaise und Schnittlauch servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 653 kcal

Kohlenhydrate 38 g

Eiweiß 20 g

Ballaststoffe 4 g

Fette 46 g