

## Rezept

# Eier mit Senfschaum

Ein Rezept von Eier mit Senfschaum, am 05.12.2025

## Zutaten

Salz	400 g	Brokkoli
<b>2</b> Kohlrabi	<b>200 g</b>	TK-Erbsen
<b>8</b> Eier	<b>1 Bund</b>	Kerbel
<b>150 ml</b> Fleisch- oder Gemüsebrühe	<b>150 ml</b>	Milch
<b>3 EL</b> Dijonsenf	<b>2 TL</b>	körniger Senf
<b>4</b> Eigelb	<b>50 g</b>	eiskalte Butter
schwarzer Pfeffer		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal

## Zubereitung

1. Salzwasser in einem Topf aufkochen. Den Brokkoli waschen, putzen und in Röschen teilen. Den Kohlrabi schälen, achteln und in ca. 12 Min. im Salzwasser garen. In den letzten 3 Min. Brokkoli und Erbsen mitgaren. Die Eier in ca. 3 ½ Min. wachsweich kochen. Inzwischen den Kerbel waschen, trocken schütteln und hacken. Das Gemüse abgießen und warm halten.
2. Brühe, Milch, beide Senfarten und Eigelbe in einer Metallschüssel verrühren und über dem heißen Wasserbad ca. 7 Min. schaumig aufschlagen, bis die Sauce eindickt und 72°-75° erreicht hat (am besten ein Thermometer verwenden). Den Topf mit der Schüssel vom Herd nehmen. Die kalte Butter in Stückchen unterschlagen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Eier kurz mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und in die warme Sauce legen. Eier und Sauce mit dem Gemüse auf Tellern anrichten. Mit Kerbel bestreut servieren.