

Rezept

Friséesalat mit Tiroler Speck und pochiertem Ei

Ein Rezept von Friséesalat mit Tiroler Speck und pochiertem Ei, am 26.04.2024

Zutaten

1 Kopf Friséesalat	1 Frühlingszwiebel
150 g Tiroler Speck	1 EL Weißweinessig
4 frische Eier (Größe M)	1 EL Sherryessig
Salz	schwarzer Pfeffer
1 sehr frisches Ei (Größe M)	1 EL Senf
1 EL Sherryessig	1 EL Madeira
250 ml Sonnenblumenöl	etwas Tabasco

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Von dem Friséesalat den Strunk entfernen, die Blätter waschen, trockenschleudern und klein zupfen. Die Frühlingszwiebel waschen und in dünne Ringe schneiden, zum Friséesalat dazugeben. Den Tiroler Speck in feine, ca. 4 cm lange Streifen schneiden.
2. Für die Vinaigrette in einem Mixer Ei, Senf, Sherryessig und Madeira schnell durchmischen. Auf kleinerer Stufe weitermischen und das Öl dabei langsam einfließen lassen. Die Vinaigrette mit Tabasco abschmecken.
3. In einem Topf 1 l Wasser mit 1 EL Weißweinessig zum Kochen bringen. Die Eier aufschlagen und in je eine Tasse geben. Das Wasser mit einem Schneebesen kräftig umrühren und die Eier nach und nach hineingleiten lassen – bei frischen Eiern schließt sich das Eiweiß sofort um das Eigelb, sonst mit einem Kochlöffel etwas nachhelfen und mit einem Löffel das Eiweiß um das Eigelb wickeln. Die Eier 2-3 Min. pochieren. Danach mit einem Schaumlöffel herausheben und kurz in eine Schüssel mit warmem, klarem Wasser tauchen, um den leichten Essiggeschmack zu entfernen.
4. Den Tiroler Speck in einer Pfanne ohne zusätzliches Öl in ca. 2 Min. bei mittlerer Hitze knusprig braten; dann mit 1 EL Sherryessig ablöschen. Den Friséesalat mit der Vinaigrette anmachen und auf vier Tellern anrichten. Den warmen Tiroler Speck darauf verteilen und je 1 pochierte Ei dazulegen. Mit Salz und Pfeffer würzen.