

Rezept

Grüne Sosse

Ein Rezept von Grüne Sosse, am 09.06.2026

Zutaten

1 Eigelb	½ TL Worcestersauce
1 Msp. Senfpulver	½ TL scharfer Dijon-Senf
25 ml Gemüsebrühe	Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
0,25 l kalt gepresstes Rapsöl	125 g saure Sahne
50 g Naturjoghurt	1 TL geriebener Meerrettich
1 Bund krause Petersilie	1 Bund Kerbel
1 Bund Schnittlauch	60 g kleine Blätter Sauerampfer
1 Bund Dill	Saft von ½ Zitrone
2 Eier	1 Eiweiß
1 Prise Salz	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 695 kcal

Zubereitung

1. In einer Schüssel Eigelb, Worcestersauce, Senfpulver, Dijon-Senf, Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer verrühren. Das Rapsöl langsam in dünnen Fäden zugeben und mit einem Schneebesen zu einer Mayonnaise rühren. Saure Sahne und Joghurt unterrühren, dann den geriebenen Meerrettich zugeben.
2. Alle Kräuter waschen, trocken tupfen oder schütteln und mit den Stielen grob schneiden. Anschließend in einem hohen Gefäß mit einem Mixstab fein pürieren, dabei etwas Wasser zugeben. Oder die geschnittenen Kräuter durch einen Fleischwolf drehen, so bleiben Saft und Aromen am besten erhalten.
3. Für die Einlage die Eier in kochendem Wasser 10 Min. hart kochen, kalt abschrecken und schälen. Erst in dünne Scheiben, dann in feine Würfel schneiden und beiseitestellen.
4. Eiweiß mit 1 Prise Salz mit dem Handrührgerät in einem hohen Gefäß steif schlagen und kalt stellen.
5. Die Kräutermasse unter die Mayonnaise rühren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die gewürfelten Eier untermischen und kurz vor dem Servieren das steif geschlagene Eiweiß locker unterheben.