

Rezept

Marinierte Eier

Ein Rezept von Marinierte Eier, am 26.04.2024

Zutaten

250 ml Sake (Reiswein, Asienladen)	125 ml Sojasauce
125 ml Mirin (süßer Reiswein; Asienladen)	100 g Zucker
4 zimmerwarme Eier	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal, 6 g F, 10 g EW, 47 g KH

Zubereitung

1. Für die Marinade Sake, Sojasauce, Mirin und Zucker in einem kleinen Topf unter Rühren zum Kochen bringen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.

2. In einem kleinen Topf Wasser zum Kochen bringen. Die Eier jeweils an der runden Seite anpiksen, damit die Schale beim Kochen nicht platzt. Dann die Eier in das kochende Wasser geben und die Hitze gleich reduzieren (das Wasser sollte nur leicht köcheln). Die Eier möglichst exakt 6 Min. offen garen, dann aus dem Wasser herausnehmen und gleich in kaltem Wasser abschrecken.

3. Eier vorsichtig pellen (das Eiweiß ist noch sehr weich) und in einer möglichst kleinen Schüssel nebeneinanderlegen. Marinade darübergießen und die Eier zugedeckt im Kühlschrank mind. 4 Std., höchstens 12 Std. marinieren lassen. Dabei gelegentlich wenden, damit sie gleichmäßig Farbe annehmen. Die Eier sind gekühlt ca. 5 Tage haltbar.