

Rezept

Pochierte Eier

Ein Rezept von Pochierte Eier, am 19.04.2024

Zutaten

4 sehr frische Eier (M)
Salz

1 EL Weißweinessig

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 80 kcal

Zubereitung

1. Die Zutaten bereitstellen.

2. In einem breiten Topf oder einer Pfanne mit hohem Rand ca. 2 l Wasser und den Essig aufkochen lassen, kräftig salzen. Sobald das Wasser kocht, die Hitze so weit reduzieren, dass keine großen Blasen mehr aufsteigen.

3. Eier in vier Schälchen oder Tassen aufschlagen, ohne die Eigelbe zu verletzen.

4. Kochwasser mit einem Kochlöffel in eine langsam kreisende Bewegung bringen.

5. Nacheinander die Eier aus ihren Schälchen oder Tassen ins schwach siedende Wasser gleiten lassen, 3-4 Min. pochieren. Die Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen.

6. Im Restaurant werden fransige Eiweißränder abgeschnitten, das kann man machen, ist aber nicht nötig. Sofort servieren.