

Egg Benedict, klassisch, royale und florentiner

Für zwei Personen

Für die pochierten Eier:

6 Eier	1-2 EL Apfelessig	Salz
--------	-------------------	------

Für die Sauce hollandaise:

$\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft	250 g Butterschmalz	3 Eier
1 TL Apfelessig	Zucker	Cayennepfeffer
Salz		

Für die Eggs Benedict:

100 g Entrecôte	1 englischer Muffin	150 g Rucola
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	8-10 Halme Schnittlauch	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Eggs Royale:

100-200 g Räucherlachs	1 Avocado	1 englischer Muffin (Toastie)
1 Zitrone, (Abrieb, Saft)	1-2 EL Frischkäse	geräuchertes Paprikapulver

Für die Eggs Florentine:

150 g Spinat	1 englischer Muffin	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
10-30 g Pinienkerne	Frischkäse	Pfeffer

Für die pochierten Eier:

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Apfelessig hinzufügen.

Mit einem Löffel das Wasser rühren, sodass ein leichter Strudel entsteht.

Dann nacheinander und vorsichtig die Eier in das Wasser geben. Nach ca. 3 $\frac{1}{2}$ Minuten aus dem Topf nehmen und abtrocknen. Mit Salz würzen.

Für die Sauce hollandaise:

Butterschmalz in der Pfanne schmelzen und beiseitestellen. Eier trennen und die Eigelbe auffangen. Eiweiß anderweitig verarbeiten. Eigelbe in einer Schüssel über einem Wasserbad ständig mit einem Schneebesen rühren und langsam Butterschmalz und Apfelessig hinzugeben, bis die perfekte Konsistenz erreicht ist. Mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Sauce warmhalten.

Statt Butterschmalz können Sie auch Nussbutter in die Sauce hollandaise einarbeiten. Wenn Sie geschnittenen Estragon hinzufügen, dann wird aus der Sauce hollandaise eine Sauce béarnaise.

Für die Eggs Benedict:

Entrecôte ca. 10-15 Minuten in das Gefrierfach legen, damit es ein bisschen härter und einfacher zu schneiden ist. Anschließend in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein schneiden. Entrecôte und Zwiebel in einer Pfanne mit Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Rucola waschen und trockenschleudern. Englischen Muffin halbieren und auf der Innenseite anbraten. Rucola sowie Entrecôte auf die zwei Brothälften geben, darauf je ein pochiertes Ei sowie die Sauce hollandaise geben. Mit Schnittlauch garnieren.

Für die Eggs Royale:

Avocado halbieren, Kern entfernen und das Fruchtfleisch mithilfe eines Löffels aus der Schale lösen. Fruchtfleisch smashen, dann etwas Frischkäse und Zitronensaft unterrühren. Englischen Muffin halbieren und auf der Innenseite anbraten. Avocado auf die zwei Brothälften verteilen. Hälften mit Räucherlachs belegen und diesen leicht abflämmen. Dann jeweils ein pochiertes Ei darauf platzieren und Sauce hollandaise darüber geben. Mit Zitronenabrieb und Paprikapulver garnieren.

Für die Eggs Florentine:

Spinat waschen und trockenschleudern. Zwiebel abziehen und fein schneiden. Spinat und Zwie-

bel in einer Pfanne anschwitzen. Aus der Pfanne nehmen. Englischen Muffin halbieren und auf der Innenseite anbraten. Mit Frischkäse bestreichen.

Pinienkerne in einer separaten Pfanne anrösten. Spinat und Pinienkerne vermischen und auf den Frischkäse geben. Auf jede Hälfte ein pochiertes Ei und Sauce hollandaise geben. Mit Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Egg Benedict: Erzählt werden zwei Entstehungsgeschichten: Zum einen soll Charles Ranhofer als Chefkoch von Delmonicos Restaurant in New York City Eggs Benedict für den Finanzier LeGrand Benedict erfunden haben, zum anderen wird dieses Gericht dem Börsenmakler Lemuel Benedict zugeschrieben, der es im Hotel Waldorf Astoria in New York als Katerfrühstück bestellt haben soll.

Chau Duc Doan am 25. April 2023