

Sören Anders Frankfurter Grüne Sauce mit Pellkartoffeln

Freitag, 30. April 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach
Heimatküche, vegetarisch, Küchenklassiker

Zutaten:

4	Eier
1 kg	festkochende Kartoffeln (nach Belieben neue Bio-Kartoffeln)
etwas	Salz
2 EL	Zitronensaft, frisch gepresst
1 EL	scharfer Senf
2 EL	Speiseöl
150 g	Saure Sahne
150 g	Schmand
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Zucker
1 Bund	traditioneller Kräutermix für Frankfurter Grüne Sauce (7 verschiedene Kräuter; Petersilie, Kerbel, Borretsch, Pimpinelle, Schnittlauch, Sauerampfer und Kresse)



Zubereitung:

1. Die Eier in einem Topf mit kochendem Wasser ca. 10 Minuten hart kochen, dann kalt abschrecken.
2. Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und abtropfen lassen.
3. Kartoffeln in einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, etwas Salz zugeben und zugedeckt die Kartoffeln ca. 30 Minuten weich kochen.
4. Inzwischen die gekochten Eier schälen, halbieren und die Eigelbe auslösen.
5. Eigelb durch ein feines Sieb streichen.
6. Eigelb mit Zitronensaft, Senf, Öl, saure Sahne und Schmand glatt verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
7. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die groben Stiele entfernen.
8. Kräuter mit einem großen Kochmesser sehr fein hacken und unter die angerührte Sauce mischen.
9. Kartoffeln abgießen, im heißen Topf auf der noch heißen Herdplatte unter Rütteln gründlich abdampfen lassen und pellen (neue Kartoffeln können nach Belieben auch mit Schale serviert werden).
10. Kartoffeln und Grüne Sauce anrichten.

Tipp: Wer mag, hackt das gegarte Eiweiß sehr fein und mischt es einfach mit unter die Grüne Sauce.

Pro Portion: 455 kcal / 1900 kJ
35 g Kohlenhydrate, 12 g Eiweiß, 29 g Fett