

Andreas Schweiger Kartoffelgemüse mit jungen Erbsen und pochiertem Ei

Donnerstag, 27. Mai 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach
Heimatküche

Zutaten:

6	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1	Zwiebel
2 EL	Butter
200 ml	Weißwein
300 ml	Gemüsefond
etwas	Salz
1 Zweig	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
200 g	Erbsen, gepalt (frisch oder TK)
40 g	getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
80 g	Parmesan
40 g	Erbsenkresse
1 EL	Weißweinessig
4	frische Eier
etwas	Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

1. Die Kartoffeln schälen, waschen und in 5 mm große Würfel schneiden.
2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
3. In einer tiefen Pfanne oder einem flachen Topf Butter erhitzen und die Zwiebel mit den Kartoffelwürfeln darin andünsten.
4. Dann den Wein angießen und die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen.
5. Den Gemüsefond zugießen, leicht salzen und alles etwa 15 Minuten leicht köcheln lassen.
6. In der Zwischenzeit Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen abstreifen und fein schneiden.
7. Erbsen abspülen und abtropfen lassen.
8. Die getrockneten Tomaten fein schneiden.
9. Nach 15 Minuten Rosmarin, Thymian, getrocknete Tomaten und Erbsen zugeben. Alles einmal aufkochen und mit Salz abschmecken.
10. Parmesan in grobe Späne hobeln.
11. Die Erbsenkresse abbrausen und abtropfen lassen.
12. Für die pochierten Eier etwa 400 ml Wasser in einem Topf aufkochen, Essig zugeben.
13. Die Eier einzeln in eine Suppenkelle oder Tasse aufschlagen.
14. Mit einem Schneebesen einen Strudel im kochenden Wasser erzeugen, dann nach und nach die Eier ins kochende Wasser gleiten lassen und bei schwacher Hitze darin etwa 3 Minuten pochieren.
15. Eier mit einem Schaumlöffel herausheben und in eine Schüssel mit leicht gesalzenem, warmem Wasser geben.
16. Das Kartoffelgemüse in tiefen Tellern anrichten, darauf je ein pochiertes Ei setzen, etwas Pfeffer darüber mahlen, mit Parmesanspänen und Erbsenkresse bestreuen und servieren.

Pro Portion: 375 kcal / 1570 kJ
21 g Kohlenhydrate, 19 g Eiweiß, 20 g Fett