

## Sören Anders Grüne Sauce mit pochierten Eiern und Pellkartoffeln

Freitag, 5. Mai 2023  
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten  
Schwierigkeitsgrad: Mittel  
Heimatküche, Vegetarisch

### Zutaten:

1,5 kg	festkochende Kartoffeln (nach Belieben neue Bio-Kartoffeln)
etwas	Salz
2	hartgekochte Eier
1	Zitrone
1 EL	scharfer Senf
2 EL	Speiseöl
200 g	saure Sahne
200 g	Schmand
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Zucker
1 Bund	gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Kerbel, Borretsch, Pimpinelle, Schnittlauch, Sauerampfer und Kresse)
1 EL	Weißweinessig
4	frische Eier



### Zubereitung:

1. Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und abtropfen lassen.
2. Kartoffeln in einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, etwas Salz zugeben und zugedeckt die Kartoffeln ca. 30 Minuten weichkochen.
3. Die hart gekochten Eier schälen, halbieren und die Eigelbe auslösen. Das Eiweiß fein würfeln.
4. Eigelbe durch ein feines Sieb streichen. Von der Zitrone den Saft auspressen
5. Eigelbe mit Zitronensaft, Senf, Öl, saurer Sahne und Schmand glatt verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
6. Kräuter abrausen, trocken schütteln und die groben Stiele entfernen.
7. Kräuter sehr fein schneiden und unter die angerührte Sauce mischen. Das fein gewürfelte Eiweiß unterheben.
8. Kartoffeln abgießen, im heißen Topf auf der noch heißen Herdplatte unter Rütteln gründlich abdampfen lassen und pellen.
9. Für die pochierten Eier reichlich Wasser in einem Topf aufkochen. Essig zugeben.
10. Mit einem Schneebesen einen Strudel im kochenden Wasser erzeugen.
11. Die Eier einzeln in eine Suppenkelle aufschlagen. Dann nach und nach ins kochende Wasser gleiten lassen. Eier bei schwacher Hitze ca. 3 Minuten ziehen lassen.
12. Pochierte Eier aus dem Kochwasser heben. In eine Schale mit warmem Wasser geben und nochmals 3 Minuten ziehen lassen.
13. Eier gut abtropfen lassen und mit Kartoffeln und Kräutersauce servieren.

Pro Portion: 595 kcal/ 2500 kJ  
52 g Kohlenhydrate, 18 g Eiweiß, 34 g Fett