

Kochen

Rainer Klutsch

Montag, den 18.07.2022

Rauke-Senffeier mit Karotten-Erbsen-Stampf

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Karotten-Stampf

500 g Karotten
2 Schalotten
100 g Erbsen, frisch oder TK
etwas Salz
2 EL Butter
50 ml Gemüsebrühe, ca.
1 Kugel Mozzarella, ca. 125 g
1 Bund Schnittlauch
50 g Sahne
etwas Salz
etwas Pfeffer

Für Eier und Senfsoße

8 Eier (Größe M)
2 EL Butter
1 EL Mehl
400 ml Gemüsebrühe
150 g Sahne oder Milch
3 EL Senf, mittelscharf
etwas Salz
etwas Pfeffer
50 g Rauke



Zubereitung

1. **Für den Karottenstampf** Karotten schälen, abbrausen und klein schneiden. Schalotten abziehen und fein würfeln.
2. Frische Erbsen aus den Schoten palen. Erbsen (auch TK-Ware), in Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Herausnehmen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
3. Butter erhitzen Schalotten darin glasig andünsten. Karotten zugeben und andünsten. Mit Brühe ablöschen und ca. 10-15 Minuten weich dünsten.
4. **Für die Eier in Senfsoße** Eier anpieken. in einen Topf mit kaltem Wasser geben und zum Kochen bringen. Eier im kochenden Wasser ca. 4 Minuten wachweich garen (Alternativ: Eier anpieken und in kaltes Wasser geben und ca. 7 Minuten wachweich garen).
5. Eier herausnehmen, kalt abbrausen und die Schale entfernen. Eier nach Belieben halbieren.
6. Butter in einem Topf erhitzen. Mehl darüberstäuben. Brühe, Sahne nach und nach unterrühren, etwas einköcheln lassen. Senf zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Temperatur herunterschalten und warm halten.
7. **Für den Stampf** Mozzarella fein würfeln. Schnittlauch in Röllchen schneiden.
8. Karotten mit einem Karoffelstampfer oder Pürierstab fein oder grob stampfen (je nach Geschmack)
9. Erbsen, Mozzarella, Schnittlauch und Sahne unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
10. Rauke abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden. Rauke unter die Soße rühren. Eier zugeben, kurz erwärmen und abschmecken. Mit dem Karottenstampf anrichten und servieren.

Tipp: Wer den Mozzarella nicht mit dem Stampf mischen möchte, zerupft den Mozzarella in grobe oder feine Stücke. Diese dann kurz vor dem Anrichten auf Teller verteilen. Den Karottenstampf dann darauf setzen.