

Schaumsuppe vom Bärlauch mit pochiertem Ei

Cremige Schaumsuppe vom Bärlauch mit pochiertem Ei und Schnittlauch. Frischer Bärlauch verleiht dieser Suppe eine würzige Note, während das pochierte Ei beim Anstechen seinen goldgelben Kern zeigt.

Zutaten
4 Portionen

Zutaten Suppe
80 g Bärlauch, gewaschen & geputzt
80 g feiner Spinat, gewaschen
30 g Petersilie
50 g Butter
20 ml Byodo Bratöl Klassik
2 Schalotten, in feine Streifen geschnitten
Byodo Premium Meersalz, feinkörnig
1 Prise Zucker
1 Prise frischer Pfeffer
1 Prise Cayenne
20 ml Weißwein
10 ml Byodo Olivenöl nativ extra, aus Italien
80 g Creme Fraiche
200 g Sahne
500 ml Geflügelbrühe
1 Spritzer Zitronensaft
Zutaten Pochiertes Ei
4 Hühnereier
Essigwasser
Byodo Premium Meersalz, feinkörnig

Pfeffer
Byodo Rapsöl, nativ
Schnittlauch, fein geschnitten
Dekoration
Blätterteigstangen
Blüten
Schnittlauch

Zubereitung

Suppe

In kochendem Salzwasser den Bärlauch, Spinat und Petersilie kurz blanchieren. Nach kurzer Zeit direkt in ein feines Sieb geben und mit eiskaltem Wasser abspülen.
In der Zwischenzeit im heißen Topf die Butter und Bratöl aufschäumen und direkt die Schalottenstreifen anschwitzen. Die Bärlauch-Spinat-Mischung zugeben und kurz mitschwitzen lassen, sofort etwas salzen und mit den Gewürzen und Zucker würzen. Schließlich mit Weißwein ablöschen und mit Olivenöl, Creme Fraiche, Sahne und Geflügelfond auffüllen.

Die Suppe möglichst schnell aufkochen und dann sofort im Mixgerät fein pürieren.
Vor dem Anrichten die Suppe mit Zitronensaft abschmecken, ohne zu kochen erwärmen und mit dem Stabmixer schaumig mixen.

Pochiertes Ei

Das Essigwasser aufkochen und in der Zwischenzeit die Eier in Tassen aufschlagen. Mit einem Kochlöffel einen Strudel im heißen Essigsud erzeugen und nach und nach die Eier vorsichtig ein gleiten lassen. Weiter vorsichtig umrühren und den Herd auf halbe Kraft stellen.

Die Eier ohne sie kochen zu lassen ca. 5 Minuten „wachsweich“ ziehen lassen.

Nach der Garzeit die Eier aus dem Wasser nehmen und eventuelle Fäden abschneiden und direkt in vorgewärmte Teller setzen. Schließlich die Eier mit Rapsöl beträufeln, salzen, Pfeffern und mit frischem Schnittlauch bestreuen.

Zum Anrichten vorsichtig auf die Schaumsuppe setzen.

3 Tipps von Sternekoch Alexander Huber

- Essig in Wasser: Der Essig hilft, das Ei besser stocken zu lassen. Das Verhältnis: etwa 100 ml

Essig auf 1 Liter Wasser. Alexander Huber empfiehlt den **Byodo Rotweinessig**.

- Bloß nicht kochen! Lass das Essigwasser aufkochen und stelle den Herd dann auf halbe Kraft. Es sollte heiß sein, aber nicht kochen.
- Perfekte Garzeit: Der Sternekoch empfiehlt 5 Minuten für ein wachsweiches Ei.