AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
gross	40 Min.	ganzjährig	Deutschland

POCHIERTES UND PANIERTES EI



Rezept: Alfons Schuhbeck. Meine Küchengeheimnisse. ZS-Verlag 2015 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Aussen kross und innen weich. Das Rezept des deutschen Meisterkochs Alfons Schubeck braucht feine Hände. Als Beilage schmeckt Spinat, roh oder gekocht.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

8 EL	Essig	1 Zw	Thymian
4 g	Bio-Zitrone, Abrieb	1 TL	Scharfer Senf
2 Sch	Ingwer	1 Pr	Muskatnuss, geriebener
1 Bl	Lorbeer	100 g	Mehl
5 g	Rote Chilischoten	100 g	Paniermehl
5	Ei, sehr frisch	8 dl	Frittieröl

ZUBEREITUNG

1. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen in eine kleine Schüssel abzupfen. Beim Pochieren von 4 Eiern ein fünftes Ei für die Panade in die Schüssel aufschlagen und mit Salz, Pfeffer, Senf, Thymianblättchen und Muskatnuss verrühren.
2. Wasser in einem grossen Topf aufkochen. Ein Schuss Essig, Zitronenschale, Ingwer, Lorbeerblätter und Chilischote in das siedende Wasser geben. Pro Portion 1 EL Essig in ein kleines Schüsselchen geben und je 1 Ei darin aufschlagen.
3. Topf vom Herd nehmen und mit einem Kochlöffel kreisförmig in eine Richtung rühren. Jeweils 1 Ei in den Wasserstrudel gleiten lassen. Das Ei je nach Temperatur 3-4 Min. pochieren, mit einem Schaumlöffel vorsichtig aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen.
4. Pochierte Eier vorsichtig im Mehl wenden, dann durch die Eimasse ziehen und anschliessend im Paniermehl drehen. In eine Pfanne 1-2 cm hoch Öl geben und auf 160-180° C erhitzen. Die Eier darin rundum goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.