

# *Eine runde Sache - Schnelle Rezepte mit Eiern vom Wittenseer Hühnerhof*

- Unsere monatlich wechselnde Seite mit leckeren Eier-Gerichten und Backwaren zum Selbermachen -

## **Suppe mit Ei ?**

Eier gehören zu den unentbehrlichen Küchenhelfern beim Kochen. Hier zwei Möglichkeiten, die heute in der täglichen Praxis mit Eiern eine nicht mehr so bedeutsame Rolle spielen.

### **Für die feine Küche - Legieren mit Ei**

Mit Eidotter können Suppen und Soßen gebunden, also eingedickt werden. Dazu wird das Eigelb mit etwas Flüssigkeit verrührt, um anschließend mit dem Rest der nicht mehr kochenden Flüssigkeit verschlagen zu werden. Danach darf die Suppe oder Soße keinesfalls mehr zum Kochen gebracht werden, da sich die Konsistenz verflüssigt und zudem geronnen aussieht. Neben dem Binden steht die Verwendung von Eigelb zur Geschmacksabrundung.

### **Apfelsuppe mit Rosinen**

1 l Apfelsaft mit 100 gr. Rosinen zum Kochen bringen. Mit 3 Essl. in etwas Wasser aufgelöster Stärke binden und aufkochen lassen. 2 Eier trennen und das Eigelb mit 3 Essl. Zucker schaumig schlagen. Anschließend die Masse in die nicht mehr kochende Suppe gut einrühren.

Wer mag, kann aus 1 bis 2 der verbliebenen Eiklar mit rund 2 Essl. Zucker eine Baisermasse (Eiklar steif schlagen und nach und nach den Zucker hineinrieseln lassen) herstellen und diese mit einem Essl. abgestochenen Nocken auf der heißen Suppe in rund 5 Min. gar ziehen lassen.



### **Eierblumensuppe**

Eine etwas andere Art pochierte Eier zuzubereiten:

Zutaten:

1-2 Möhren

1 Stange Lauch

1 l Gemüsebrühe

2 Eier

2 Teel. Rapsöl

Zubereitung:

Kleingeschnittene Möhren und Lauch in der Gemüsebrühe kurz garen.

Die Eier mit dem Öl verrühren und in einem feinen Strahl in die Suppe geben. Danach kurz umrühren, mit Schnittlauch garnieren und sofort servieren.

*Guten Appetit wünscht Ihnen Ihre Familie Schröder vom Wittenseer Hühnerhof*

P.S. - wenn nicht anders angegeben: Rezepte gelten für 4 Personen - verwendet werden Eier der Gewichtsklasse M

## *Eine runde Sache - Schnelle Rezepte mit Eiern vom Wittenseer Hühnerhof*

- Unsere monatlich wechselnde Seite mit leckeren Eier-Gerichten und Backwaren zum Selbermachen -

### Eierstich

Eierstich ist eine tolle Einlage für Suppen. Hier das Grundrezept:

1/8 l Flüssigkeit (Milch, Brühe) mit 2 Eiern und Gewürzen (Muskat, Salz, evt. Tomatenmark, Kräuter) verquirlen und halbhoch in ein gefettetes Förmchen gießen. Im heißen Wasserbad solange stocken lassen bis die Masse fest ist (ca. 30 Min.). Stürzen und in Würfel schneiden.

Die schnellere Variante finden Sie auf der Rezeptseite 7/2010 - Die Swinging Sixties

### Einfach klar - Klären mit Ei

Wer selbst eine Hühnerbrühe oder dergleichen zubereitet hat, weiß, trübe Fleischbrühen können mit Eiern geklärt werden. Dazu werden die Eier getrennt und das Eiklar in die heiße Flüssigkeit gegeben. Während der folgenden Gerinnung bindet das Eiweiß die Schwebeteilchen. Der dann an der Oberfläche entstehende Schaum wird mit einer Kelle abgehoben. So können wunderbar klare Brühen z.B. für Vorspeisen zubereitet werden.

Auch ein guter Wein braucht Eier! Zum „Schönen“ eines Weines macht sich der Winzer dieses Prinzip zu Nutze.

*Guten Appetit wünscht Ihnen Ihre Familie Schröder vom Wittenseer Hühnerhof*

P.S. - wenn nicht anders angegeben: Rezepte gelten für 4 Personen - verwendet werden Eier der Gewichtsklasse M