

THE FLYING SCHLEMMER

FRIESISCHES EGG BENEDICT

Ein Rezept von 3 Sternekoch Christoph Rüffer / Haerlin / Hamburg

Toasties

125ml Milch
¼ Würfel Hefe / 11g)
1 TL Zucker
220g Mehl Type 550
30g weiche Butter
½ TL Salz
2EL Hartweizengries

Friesischer Krabbensalat

60g gepuhlte Nordseekrabben
1EL Mayonnaise
1EL Tomatenketchup
Saft einer halben Limette
1 TL geriebener Meerrettich
Salz/Pfeffer

Kräuter-Hollandaise

1 Schalotte
40ml Weißwein
20ml Weißweinessig
4 Pfefferkörner
2 Eigelb
100g Butter
½ Limette
2 Zweige Estragon
1 Zweig Dill
Salz



Bild Copyright: Jan Westermann

Pochierte Eier

2 Bio-Eier
4 EL Weißweinessig
Salz

Des Weiteren

1 TL Butter
1 Avocado
4 kleine Kopfsalatherzen
2 EL gemischte Kräuter
20g Forellenkaviar



Zum Podcast



THE FLYING SCHLEMMER

FRIESISCHES EGG BENEDICT

Ein Rezept von 3 Sternekoch Christoph Rüffer / Haerlin / Hamburg

Zubereitung

Toasties

Für die Toasties die Milch in einem Topf lauwarm erhitzen. Die Hefe in eine Schüssel bröseln und die Milch zugeben. Den Zucker sowie 100g Mehl zugeben und mit einem Schneebesen glatt rühren. Den Teig abgedeckt 15 Minuten gehen lassen. Im Anschluss das restliche Mehl, die weiche Butter und Salz zugeben und gut verkneten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche 1cm dick ausrollen und mit einem runden Ausstecher von 8cm Durchmesser große Kreie ausstechen. Die Teigkreise darauflegen und mit dem restlichen Hartweizengries bestreuen. Mit einem Küchentuch abgedeckt 60 Minuten gehen lassen und anschließend in einer beschichteten Pfanne die Teigkreise auf beide Seite je 4 Minuten bei mittlerer Temperatur hellbraun rösten. Im 180 Grad heißen Umluftofen die Toasties für 6 Minuten fertig backen.

Krabbensalat

Für den friesischen Krabbensalat die gepuhlten Nordseekrabben mit Mayonnaise, Tomatenketchup, Limettensaft und Meerrettich verrühren und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Um die Eier zu pochieren, beide Eier aufschlagen und in jeweils eine Tasse geben. 1 Liter Wasser mit Essig und etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Die Temperatur reduzieren und mit einem Löffel das Wasser im Topf kreisrund bewegen, sodass sich ein Strudel bildet. Die Eier nun einzeln in das heiße Wasser gleiten lassen und darauf achten, dass sich das Eiweiß gut um die Eigelbe hüllt. Bei leicht simmernder Temperatur die Eier für 7 Minuten wachswies pochieren.



Zum Podcast



THE FLYING SCHLEMMER

FRIESISCHES EGG BENEDICT

Ein Rezept von 3 Sternekoch Christoph Rüffer / Haerlin / Hamburg

Zubereitung

Kräuter-Hollandaise

Für die Kräuter-Hollandaise die Schalotte in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Weißwein, Weißweinessig, den zerdrückten Pfefferkörnern und 2EL Wasser in einen kleinen Topf geben und kochend auf die Hälfte reduzieren lassen. Die Reduktion durch ein Sieb in einen Aufschlagkessel gießen und die 2 Eigelbe zugeben. Über einem kochenden Wasserbad die Eigelbe schaumig aufschlagen. Die Butter separat schmelzen lassen und nach und nach rührend zu den aufgeschlagenen Eigelben geben. Mit Limettensaft und Salz abschmecken, Die Kräuterblätter von den Stielen zupfen, fein hacken und zur Hollandaise geben.

Anrichten

Anschließend die Toasties halbieren und zwei Hälften mit Butter bestreichen. Die Avocado schälen, halbieren und die Avocadohälften in Scheiben schneiden. Die Scheiben überlappend auf ein Brett legen und mit einem runden Ausstecher ausstechen. Jede Toastiehälfte mit einem Avocadokreis belgen und darauf den friesischen Krabbensalat verteilen. Die pochierten Eier auf den Krabbensalat setzen. Die warme Kräuter-Hollandaise auf die Eier geben und mit den gemischten Kräutern, kleinen Kopfsalastherzen und dem Forellenkaviar ganieren,



Zum Podcast

