



hr1-DOLCE VITA

Ingo Bockler

Salat von Frühlingspinat mit pochiertem Ei und Kartoffelvinaigrette

ZUTATEN

Vinaigrette:

150 g mehlig kochende Kartoffeln
Salz
10 g mittelscharfer Senf
50 ml Weißweinessig
50 ml Gemüsefond
80 ml Traubenkern- oder Rapsöl
Pfeffer aus der Mühle
Zucker

Pochierte Eier:

4 frische Eier
40 ml Weißweinessig

Garnitur:

4 EL geröstete Pinienkerne
60-80 g alter Gouda in groben Spänen

Salat:

150 g geputzter junger Spinat
1 Hand Datteltomaten, halbiert
8 kleine Radieschen in Scheiben
3 Stangen Frühlingslauch in feine Ringe

ZUBEREITUNG

Vinaigrette:

Die Kartoffeln in Salzwasser ca. 20-25 Minuten gar kochen, pellen und nach Belieben mit der Gabel grob zerdrücken oder durch die Presse zerdrücken. Mit Senf, dem Essig und dem Fond verrühren. Das Öl mit einem Schneebesen unterschlagen. Das Dressing mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Salat:

Die Salatzutaten miteinander vermischen und kurz vor dem Servieren mit der zimmerwarmen Vinaigrette vermengen und anrichten.
Etwa 2 l Wasser mit dem Essig und in einem mittelgroßen flachen Topf aufkochen. Die Hitze herunterschalten. Die Eier nacheinander in eine Tasse geben und vorsichtig am Rand des Topfes in das leicht siedende Wasser gleiten lassen. Danach die Eier mit 2 Kochlöffeln vorsichtig formen: dabei das Eiweiß um das Eigelb ziehen, sodass das Eigelb umhüllt ist. Nach ca. 2 Minuten das Ei wenden und weitere 2 Minuten pochieren. Das Eigelb soll noch flüssig sein. Eier mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen und abhängende Eiweißfäden abschneiden. Auf die Salatteller geben und mit den Pinienkernen und den Käsespänen bestreut servieren.