


# Polettos Kochschule: Spargel-Suppe mit Brunnenkresse und pochiertem Ei

 [happy-mahlzeit.com/koch-shows/polettos-kochschule/polettos-kochschule-spargel-suppe-mit-brunnenkresse-und-pochiertem-ei](https://www.happy-mahlzeit.com/koch-shows/polettos-kochschule/polettos-kochschule-spargel-suppe-mit-brunnenkresse-und-pochiertem-ei)

---

## Zutaten für 4 Personen:

- 1 1/2 kg weißer Spargel
- 1/2 unbehandelte Zitrone
- 1 Brötchen vom Vortag
- 1/2 TL Zucker
- Meersalz
- 2 Schalotten
- 3 EL Butter
- 100 ml trockener Wermut (z.B. Noilly Prat)
- 100 g Sahne
- 1 Bund Brunnenkresse (ca. 100 g)
- 2-3 EL Zitronensaft
- 3 EL Olivenöl
- Pfeffer aus der Mühle
- 100 ml milder Weißweinessig
- 4 sehr frische Eier

## Zubereitung:

Den Spargel waschen, schälen und die Enden abbrechen. Die Schalen in einem Topf mit kaltem Wasser bedecken. Die Zitrone heiß waschen, in Scheiben schneiden und dazugeben. Das Brötchen und den Zucker hinzufügen und alles aufkochen (das Brötchen bindet die Bitterstoffe aus den Spargelschalen). Die Schalen auf der ausgeschalteten Herdplatte zugedeckt etwa 30 Minuten ziehen lassen. Ein Sieb mit einem Küchentuch auslegen, die Spargelschalen samt Flüssigkeit hineingießen und den Sud auffangen.

Von 16 Spargelstangen etwa 8 cm lange Spitzen abschneiden, den restlichen Spargel in kleine Stücke schneiden. Den Sud in einen Topf geben, aufkochen und mit Salz würzen. Die Spargelspitzen darin 6 - 8 Minuten bissfest garen. Dann mit dem Schaumlöffel herausheben, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen, die Schalotten und die kleinen Spargelstücke darin andünsten. Den Wermut angießen und fast vollständig einkochen lassen. 800 ml Spargelsud abmessen, dazugeben und den Spargel 10 Minuten kochen. Die Sahne hinzufügen und weitere 10 Minuten kochen lassen.

Brunnenkresse verlesen, waschen und trocken schleudern. Grobe Stiele entfernen und die Kresse etwas zerzupfen. 1 EL Zitronensaft, Salz, Olivenöl und Pfeffer verrühren und mit der Kresse mischen. Den Spargel in der Flüssigkeit mit dem Stabmixer pürieren. Die Suppe mit Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Reichlich Wasser und den Essig in einem weiten Topf zum Kochen bringen. Die Eier jeweils in eine Tasse aufschlagen. Die Eier nacheinander vorsichtig in den siedenden (nicht kochenden) Essigsud gleiten lassen und dabei mit zwei Löffeln in Form halten. Die Eier etwa 4 Minuten gar ziehen lassen.

Je 4 Spargelspitzen auf vorgewärmten tiefen Tellern zu einem Quadrat anordnen und die Brunnenkresse darin anrichten. Die heiße Spargelsuppe nochmals kurz aufmixen und einfüllen.

Die pochierten Eier mit dem Schaumlöffel aus dem Sud heben, nach Belieben auf drei Seiten einschneiden, aufklappen und auf die Brunnenkresse setzen. Mit grob gemahlenem Pfeffer bestreuen.

*Rezept: Cornelia Poletto*

*Quelle: Polettos Kochschule*