

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 29. März 2023** ▪
Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto



Torben Lippert

Pochiertes Ei mit Senfsauce, Kartoffelstampf und gemischtem Salat

Zutaten für zwei Personen

Für die Senfeier:

2 Eier
 2 EL heller Essig
 1 TL Salz

In einem großen Topf Wasser zum Sieden bringen und Essig dazugeben. Eier einzeln aufschlagen und einzeln in eine Tasse geben. Wasser mit einem Löffelstiel rühren bis ein kleiner Strudel entsteht. Ei direkt in die Mitte des Strudels des siedenden Wassers vorsichtig gleiten lassen und circa 2-3 Minuten kochen.

Für den Kartoffelstampf:

500 g mehligkochende Kartoffeln
 90 ml Milch
 4 EL Butter
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Anschließend abgießen. Milch in einem Topf erwärmen. Butter, warme Milch, Salz, Pfeffer und geriebene Muskatnuss zu den Kartoffeln geben und alles zu einem Stampf verarbeiten.

Für die Senfsauce:

1 Zitrone, davon Abrieb
 50 ml Sahne
 2 EL Butter
 450 ml Gemüsefond
 4 EL mittelscharfer Senf
 1 EL weißer Balsamicoessig
 2 EL Mehl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf schmelzen lassen, Mehl rühren und alles kurz aufkochen lassen bis eine Schwitze entsteht. Mit Milch und Fond ablöschen. Konsistenz der Sauce durch Zugabe von Gemüsefond und/oder Milch bestimmen. Senf einrühren und Sauce mit Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und etwas Zitronenabrieb abschmecken. Nochmals aufkochen lassen und servieren.

Für den gemischten Salat:

100 g Feldsalat
 50 g Lollo Rosso
 2 Tomaten
 1 Gurke
 1 rote Zwiebel
 4 EL Himbeeressig
 2 EL Senf
 3 TL Honig
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Feldsalat und Lollo Rosso waschen, trockentupfen und Wurzeln entfernen. In mundgerechte Stücke zupfen. Tomaten und Gurke waschen und klein schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Alles in eine große Schüssel geben. Öl, Essig, Senf und Honig mit einem Schneebesen gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.